

Ingredienser:

500 g snittede grøntsager f.eks. porre, gulerod, selleri, bønne, rosenkål, ært, blomkål, persillerod, majskeer og løg
1½ spsk. smør
1 tsk. salt (gerne havsalt)
2 dl kogende vand
Persille
Salt

Tilberedning:

1. Smelt smørret i en tykbundet gryde, og tilsæt det kogende vand
2. Damp grøntsagerne i ca. 15 – 20 min. Når man smørdamper flere slags grøntsager på en gang, skal man tage hensyn til de enkelte grøntsagers kogetid, og lægge dem i gryden efterhånden
3. Anret grøntsagerne med væden ved, og drys med hakker persille

Pas på gryden ikke "løber tør" spæd evt. med ekstra vand

Tips:

I sommertiden tilsættes gerne små nyopgravede kartofler fortrinligt

Dampede grøntsager

(2 portioner)

