

## En ristet fra Nordfyn med æbleketchup

Det skal du bruge (til 4 personer):  
4 kyllingepølser, steges  
1 æble, i tern  
Frisk timian  
Kiks af fuldkornsbrød

### Æbleketchup

olie til stegning  
2 rødløg, pilles og skæres i både  
2 alm. løg, pilles og skæres i både  
2 porrer, vaskes og skæres i ringe  
2 æbler  
2 spsk. honning  
1 dl. pæremost  
½ dl. eddike  
1 kvist rosmarin  
Salt  
6 spsk. god ketchup

### Sådan gør du:

Rugbrøds-kiks: Skiver af fuldkornsrugbrød pensles med olie og ristes i ovnen til de er sprøde.

En gryde sættes over, sving rødløg, løg, porrer og æbler i gryden til det bliver blankt ikke gyldent. Tilsæt honning, pæremost, eddike og rosmarin samt salt. Tilsæt ketchup og lad det koge ind i 5 minutter og skru ned på mindste varme og lad det stå ca. 15 minutter under låg og simre. Blend det hele så det får den ønskede konsistens.

### Anretning:

Anret en pølse på rugbrødet, læg herpå æbleketchup og slut af med de friskskårne æbler og pynt med friske krydderurter.

