

# Thai Frikadeller med Lynstegte Grøntsager

**Tilberedelsestid:** ca. 35 min.

## Ingredienser:

	DET INDEHOLDER KASSEN
500 g	Hakket kalv og flæsk , 7%
1 bdt	Koriander
2 stk	Forårsløg
1 stk	Chili
3 tsk	Ingefær
2 stk	Peberfrugter
1 stk	Squash
4 stk	Gulerødder, øko (stk)
0,5 stk	Savoykål
2 fed	Hvidløg
1 tsk	Rød karrypasta
100 ml	Sød chilisaUCE

	DET SKAL DU SELV HAVE
1 stk.	Æg
2 dl	Havregryn
	Salt & Peber
	Fedtstof til stegning

## Tilberedning:

Vask og hak koriander og forårsløg fint. Halvér chilien og fjern kernerne. Hak den fint. Hak hvidløget fint. Skræl og hak ingefæren fint.

Bland oksekød, finthakket forårsløg, æg, havregryn, salt samt halvdelen af koriander, chili, hvidløg og ingefær. Rør farsen godt og lad den hvile i ca. 15 minutter.

Steg derefter frikadellerne i en neutral olie på en varm pande et par minutter på hver side ved middel-høj varme. Frikadellerne skal være flade og ca. 4 cm i diameter.

Vask og skræl gulerødderne. Skær dem i fine skiver. Vask og snit squash, savoykål og peberfrugt i fine strimler.

Varm olie i en wokpande og svits resten af ingefær, hvidløg og chili sammen med curryen i et par minutter ved middelvarme. Tilsæt nu grøntsagerne og steg dem i 4-5 minutter til de er møre. Smag til med lidt salt & peber.

Servér frikadellerne med chilisaUCE og de stegte grøntsager. Drys resten af den finthakkede koriander over.

Velbekomme.

NB. Man kan fint undlade koriander, såfremt man ikke kan lide koriander.