

Indiske Kyllingefrikadeller med Gurkemejebulgur i Kokosmælk & Tomatsalat

Tilberedelsestid: ca. 30 min.

Ingredienser:

	DET INDEHOLDER KASSEN
500 g	Hakket kyllingekød - frossen
1 stk	Løg, øko
1 ds	Kokosmælk, øko
4 tsk	Gurkemeje
4 dl	Bulgur
2 tsk	Ingefær
1 stk	Lime
4 tsk	Krydderimix (Garam Masala, Madras Karry & Spidskommen)
6 stk	Tomater
1 bdt	Koriander

	DET SKAL DU SELV HAVE
8 dl	Vand (dl.)
1 stk.	Æg
1 dl	mel (dl)
1 dl	Mælk
8 spsk	Olivenolie til salat
4 spsk	Vineddike til salat
	Salt & Peber
	Fedtstof til stegning

Tilberedning:

Pil og hak løget fint. Skræl og riv ingefær. I en skål blander du kylling, løg, krydderimix, revet ingefær, æg, mel, mælk, salt og peber. Du kan bruge en røremaskine.

Farsen skal være sammenhængende og rimelig fast. Tilsæt evt. lidt ekstra mel. Lad farsen hvile i køleskabet i ca. 10 minutter eller længere.

Varm lidt olie i en gryde og tilsæt gurkemejen. Rist den i ca. 1 minut hvorefter du tilsætter bulguren. Steg bulguren i et minut og tilsæt derefter vand, kokosmælk og lidt salt. Lad bulguren simre i ca. 10 minutter til de er møre. Lad dem evt. hvile i yderligere 10 minutter før servering.

Varm olie på en pande, form små frikadeller af kyllingefarsen og steg dem i ca. 3-4 minutter på hver side til de er sprøde.

Vask og skær tomater i fine tern. Vend det i olivenolie og vineddike og drys med lidt salt. Vask og hak koriander fint. Vend halvdelen sammen med tomaterne og drys resten over gurkemejebulguren.

Skær limen i både.

Servér kyllingefrikadeller med gurkemejebulgur, tomatsalat og limebåde.

Velbekomme.