



Fiskköttbullar med bönor

Ingredienser 4 personer

200 g	fiskfilé, skinn- och benfri, t ex torsk, sej eller gös
200 g	bönor, vax- eller brytbönor eller sockerärter
1,5 tsk	thailändskcurrypasta
300 g	fläskfärs
1,5 tsk	salt
1 st	ägg
1 msk	potatismjöl
1 st	finhackad färsk lök
0,5 dl	rapsolja, till stekning

Tillagning

De här goda små bullarna av både fläskfärs och fisk innehåller även finhackade bönor. Tip använder vaxbönor eller brytbönor men sockerärter går också bra.

1. Skär fisken i bitar och lägg i en matberedare tillsammans med ansade bönor och currypasta. Kör pulsvis till en finhackad massa.
2. Blanda ner färs, salt, ägg och potatismjöl och kör bara kort så allt blandar sig. Blanda ner finhackad lök för hand.
3. Forma små köttbullar och stek dem i rapsolja på medelgod värme tills de får färg runt om. Servera bullarna tillsammans med inlagd gurka och gärna kokt ris. Tip har garnerat med blad av issallat.