

inköpslistan.se

Av: Johan

4 port

Köttfärs, Huvudrätt, Budget, Lättlagat, Fest

BARNENS FAVORITSPETT

Ingredienser

1 st lök, gul
500 g nötfärs
1/2 dl persilja
2 msk chilisås
1 tsk oregano
1 tsk salt
1 krm vitpeppar *(mald)*
1 msk rapsolja *(el. matolja)*
1 msk soja
1 st ägg

Tillbehör

1 pkt grillspett

Gör så här

- Börja med att lägga grillpinnarna av trä i vatten i ca 15 minuter.
- Skala och finhacka löken.
- Blanda sedan köttfärsen med lök, persilja, ägg, chilisås och kryddor.
- Dela färsen i åtta bitar och forma varje bit till en avlång "köttbulle" på spetten.
- Blanda olja och soja i en liten skål och pensla på spetten innan stekning / grillning.

Stek el. grilla i ca 7 min per sida.

Servera med potatissallad, pommes frites eller annat t.ex. potatismos.