

inköpslistan.se

Av: Emelie Pauli

4 port

Köttfärs, Huvudrätt, Budget, Lättlagat, Fest

KRYDDIGA FÄRSSPETT MED HONUNGSYOGHURT

Ingredienser

1 kg potatis
2 msk rapsolja
1 tsk salt
2 krm svartpeppar
400 g nötfärs
1 tsk spiskummin
1 tsk sambal oelek
1 st ägg
1,5 tsk salt
1 klyfta vitlök *(pressad)*
2 dl matyoghurt
1 msk honung

Vitkålssallad

1/4 huvud vitkål *(strimla med osthyvel)*
1 msk vinäger, vitvin
1 msk rapsolja
1 tsk ital. salladskrydda

Gör så här

Sätt ugnen på 225°C.

Skrubba och skär potatis i klyftor. Lägg dem i en ugnssäker form. Blanda med rapsolja och krydda med salt och peppar. Ställ in i ugnen ca 30 minuter. Rör om efter halva tiden.

Blanda nötfärs med spiskummin, sambal oelek, ägg, salt och pressad vitlöksklyfta till en jämn smet i en bunke. Forma färsen runt träspett.

Lägg spetten i en ugnssäker form. Ställ in i ugnen när ca 10 minuter av potatisens tillagningstid återstår.

Blanda matyoghurt med honung och servera till. Garnera gärna med lite klippt persilja. Servera till en vitkålssallad.