

Tex-mexköttbullar med het aprikoschutney

Total tid **30 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **20 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
2.213 kJ / 528 kcal

Fett: **28,5 g** Protein: **35,4 g**
Kolhydrater: **29,2 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Till aprikos och chili chutney

- 3** stora aprikoser
- 8** torkade aprikoser
- 1** liten schalottenlök
- 1** liten vitlöksklyfta
- 1** liten bit ingefära, ca 1 cm
- 3 msk** Kikkoman söt Matlagningssås i Mirin-Stil
- 3 tsk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås
nymalen peppar
chiliflakes

För Tex-Mex köttbullar

- 1** vitlöksklyfta
- 20 g** cashewnötter
- 300 g** fläsk-, nöt- eller lammfärs eller en blandning
- 5 tsk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås
Nymalen peppar
- 0,25 tsk** chilipulver
- 0,25 tsk** currypulver
- 0,25 tsk** spiskummin

FÖRBEREDELSE

Steg 1

För aprikoschutney, finhacka båda typerna av aprikosera, schalottenlök och vitlök. Riv ingefäran.

Steg 2

Koka upp allt med övriga chutneyingredienser och låt puttra utan lock i cirka 10 minuter, tillsätt lite vatten om det behövs; chutney ska vara väldigt tjock (mosa lite om det behövs).

Steg 3

Till köttbullarna, finhacka vitlöken med cashewnötterna och blanda båda med resterande ingredienser till köttbullarna.

Steg 4

Forma 10-12 köttbullar av köttfärsblandningen, stek i den uppvärmda oljan i 10-12 minuter och servera med aprikoschilichutney.