KIKKOMAN

Grønne frikadeller med tørrede Ingrid-ærter

Samlet tid **560 min.** **15 min.** Arbejdstid **75 min.** Tilberedningstid

INGREDIENSER

4 Portioner

250 g	tørrede Ingrid-ærter
1	løg, finthakket
2	fed hvidløg, revet eller finthakket
1	æg
2,5 spsk.	hvedemel
1 tsk.	bagepulver
1 tsk.	spidskommen
1 tsk.	karry
1	salt
	Friskkværnet peber
1 håndfuld	hakkede friske krydderurter (fx persille, dild, purløg eller koriander)
1	citron
1 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
	Olie til stegning

Dip:

4 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
4 spsk.	creme fraiche
1 spsk.	limesaft
1 tsk.	revet ingefær
1	forårsløg, finthakket

FREMGANGSMÅDE

Step 1

250 g Ingrid-ærter

Skyl ærterne, og læg dem i blød i koldt vand natten over (eller min. 8 timer). Hæld vandet fra, og kog dem møre i frisk vand i ca. 40-50 min. Afdryp grundigt, og lad dem dampe tørre i et par minutter.

Step 2

1 løg, finthakket - **2** fed hvidløg, revet eller finthakket - **1** æg - **2,5 spsk.** hvedemel - **1 tsk.** bagepulver - **1 tsk.** spidskommen - **1 tsk.** karry - **1 tsk.** salt - Friskkværnet peber - **1 håndfuld** hakkede friske krydderurter (fx persille, dild, purløg eller koriander) - **1** citron - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce

Mos ærterne groft med en gaffel eller foodprocessor (de skal ikke blendes helt glat). Rør hakkede løg, hvidløg, æg, mel, bagepulver, krydderier, citronsaft, krydderurter og sojasauce i. Smag til med salt og peber. Lad farsen hvile 10 min., så den sætter sig.

Step 3

Evt. mel

Form små frikadeller med fugtige hænder. Hvis farsen er for blød: tilsæt lidt mere mel.

Step 4

Olie til stegning

Varm en pande op med olie, og steg frikadellerne ved middel varme 3-4 min. pr. side, til de er gyldne og gennemvarme.

Step 5

4 spsk. Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **4 spsk.** creme fraiche - **1 spsk.** limesaft - **1 tsk.** revet ingefær - **1** forårsløg, finthakket

Rør alle ingredienserne til dippen sammen i en lille skål, og server til frikadellerne.