



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Kikertfritters med frisk rødkålsalat, søtpotetbåter og lett urtedressing

Kikertfritters

1 pakke kikerter
1 pakke mais
½ bunt bladpersille
100 g revet ost
1 stk egg ^B
40 g hvetemel ^B

Søtpotetbåter

1 stk søtpotet
½ pakke røkt chilimix

Rødkålsalat

1 pakke valnøtter
1 stk norsk eple
1 stk gulrot
100 g rødkål
½ bunt bladpersille
1 pakke tranebær
1 stk lime

Tilbehør

75 g lett urtedressing
olje ^B
salt ^B
pepper ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 215 grader varmluft.
2. **Kikertfritters:** Sil laken av kikerterne og maisen, og skyll det i kaldt vann. Skyll, tørk og finhakk persillen. Visp sammen 1 egg i en skål. Vend inn kikerterne, maisen, den revne osten, 40 g hvetemel og halvparten av persillen. Krydre med litt salt og pepper.
3. **Søtpotetbåter:** Skyll og kutt søtpoteten i båter. Fordel båtene i en ildfast form, og vend inn litt olje, salt og den røkte chilimixen. Stek søtpotetbåtene i ovnen i 15–20 minutter.
4. **Rødkålsalat:** Varm opp en tørr stekepanne til middels høy varme. Rist valnøttene i 1–2 minutter, til de har fått litt farge. Grovhakk valnøttene. Skyll og kutt eplet i terninger. Skrell og grovriv gulroten på et rivjern. Vend sammen rødkålen, gulroten, eplet, valnøttene, resten av persillen og tranebærene i en salatbolle. Klem over saften fra limen.
5. **Kikertfritters, fortsettelse:** Bruk stekepannen fra steg 4, og ha i litt olje. Lag kikertfrittersene av omtrent 2 ss røre. Stek frittersene i 3–4 minutter på en side, før du snur dem. Press frittersene litt flate med stekespaden, og stek i 3–4 minutter på den andre siden.
6. **Servering:** Server kikertfrittersene med den lette urtedressing, søtpotetbåtene og rødkålsalaten.



TIPS!

Lag gjerne deigen til kikertfrittersene dagen før, og la dem stå i kjøleskapet over natten.