



Billedet kan afvige noget fra opskriften.

Myntefrikadeller med melonsalat

Det skal du bruge

100 g salatblanding
½ stk appelsin
½ stk melon
½ pk mynte, frisk
½ stk skalotteløg
300 g hakket gris & kalv
2 stk surdejsboller
1 pose græskar- & solsikkekerner

Det skal du selv have

salt ^b
peber ^b
olie ^b

^b basisvare

1. Tænd ovnen og varm op til 200°C (Varmluft). Du kan også lune brødet på en brødrister, så skal du ikke tænde ovnen.
2. **Melonsalat:** Skyl salaten og lad den dryppe af. Pres saften af appelsin og smag det til med lidt salt og peber. Fjern skallen fra melonen og skær melonkødet i tern. Bland dem med salat i en skål og vend appelsinsaften i.
3. **Myntefrikadeller:** Skyl, tør og hak mynte. Tag lidt fra og drys på salaten. Pil og hak løg fint. Rør kødet med ½ tsk salt og kom herefter 2 spsk vand, mynte og løg i og krydr med peber. Form farsen til kugler med en lille ske og tryk dem lidt flade. Varm olie op på en pande ved god varme. Brun frikadellerne ca. 1 min. på hver side. Skru ned til middel varme og steg dem ca. 3 min. på hver side.
4. Varm brødet i ovnen ca. 6 min. eller lun det på en brødrister. Rist kernerne på en tør pande og drys dem over salaten. Servér myntefrikadellerne med melonsalat og lunt brød.