



2 PORTIONER



3 DAGES HOLDBARHED



35 - 45 MIN. TILBEREDNING

Klassiske boller i karry med ris

Det skal du bruge

**Tallet i parentes er til dig, der har bestilt ekstra protein.*

1 stk løg
300 (450)* g hakket gris & kalv
½ bæger pasteuriseret æg
135 g basmatiris
1½ pose karry
1 stk æble
1 pose hønsebouillon
½ dl piskefløde
1 pose mangochutney, stærk

Du skal selv have:

Mel, Peber, Salt, Smør

Fremgangsmåde

- 1** Ris: Kog risene som anvist på posen.
- 2** Pil og riv løg. Rør kødet med ½ tsk salt. Tilsæt ½ dl mel, peber, æg og halvdelen af det revede løg. Rør herefter ¾ dl vand i. Stil farsen i køleskab til den skal bruges.
- 3** Form farsen til 10 (15)* kødboller. Sæt en gryde over med 6 dl vand. Vandet skal næsten koge. Lad bollerne simre i ca. 12 min. De skal være gennemtilberedte. Tag bollerne op af gryden og gem vandet.
- 4** Del æble, fjern kernehuset og skær i tern.
- 5** I en anden gryde svitses resten af løget i 1 spsk smør uden det tager farve. Tilsæt karry og 1½ spsk mel og rør godt rundt til en ensartet masse. Tilsæt ca. halvdelen af kogelagen fra bollerne lidt efter lidt til saucen har passende konsistens. Tilsæt æble og bouillon og lad det småkoge i 5 min. derefter tilsættes fløde og lad det koge igennem. Smag til med salt og peber.
- 6** Kom bollerne tilbage i saucen og varm godt igennem.
- 7** Servér boller i karry med kogte ris og mangochutney.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.666 kj / 876 kcal (4.205 kj / 1.005 kcal)*
Indhold	Pr. portion *(2+)
Fedt	32,4 (39,9)* g
heraf mættede fedtsyrer	15,9 (18,3)* g
Kulhydrat	104,3 (104,6)* g
heraf sukkerarter	32,9 g
Protein	42,0 (57,0)* g
Salt	6,9 (7,0)* g
Kostfibre	4,4 g