



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Sesamstekta falafelbiffar med rostad sötpotatissallad och äppelyoghurt

Rostad sötpotatissallad

Sötpotatis 1 st
 Rödlök 1 st
 Bladpersilja 20 g
 Tomat 2 st
 Citron ½ st
 Fetaost 100 g
 🏠 Bakplåtspapper 1 st
 🏠 Neutral olja
 🏠 Salt ½ tsk

Falafelbiffar

Falafelmix 100 g
 Sesamfrön 1 förp
 🏠 Vatten 1 ½ dl
 🏠 Neutral olja

Äppelyoghurt

Rött äpple 1 st
 Vitlök 1 klyfta
 Matyoghurt 1 dl
 Malen ingefära ½ tsk
 🏠 Salt

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Rostad sötpotatissallad:** Tärna sötpotatis (2x2 cm). Klyfta rödlök tunt. Lägg på en plåt med bakplåtspapper och blanda med lite neutral olja och salt. Rosta mitt i ugnen 15-20 min, tills potatisen fått fin färg.
3. **Falafelbiffar:** Koka upp vatten i en kastrull. Blanda med falafelmix och låt svälla minst 10 min.
4. **Äppelyoghurt:** Grovriv äpple och lägg i en skål. Blanda ner pressad vitlök, matyoghurt, malen ingefära och lite salt.
5. Forma falafelsmeten till 4-6 små biffar. Lägg sesamfrön med lite salt på en tallrik och vänd falafelbiffarna i dem. Hetta upp rikligt med neutral olja i en stekpanna och stek biffarna ca 2 min per sida, tills de fått fin färg.
6. **Rostad sötpotatissallad:** Grovhacka bladpersilja. Tärna tomat. Lägg allt i en salladsskål och blanda med rostad sötpotatis, lök och pressad citronsaft (ca 1 msk). Toppa med smulad fetaost.
7. Servera rostad sötpotatissallad med falafelbiffar och äppelyoghurt.