

VEGETABILSK FARS

til boller i karry fx

4 æg
80 g rasp
50 g majsgrøn/mel
30 g sojamel
40 g hvedemel
35 g rismel
120 g finthakket løg
2 dl olie
3 tsk grønsagsbouillon
1 tsk salt

Løg og olie koges sammen et øjeblik.

Æggene piskes sammen med salt.

Rasp, majsgrøn, sojamel, hvedemel og rismel blandes i og der røres godt.

Olie og løg blandingen kommes i og der røres igen.

Farsen formes til små boller, der koges i en gryde med varmt vand tilsat bouillon.

Bollerne småkoger i 5-10 minutter.

(Prøv om de er møre ved at skære en midt over.

Den skal være ens i farve og konsistens hele vejen igennem).

Serveres med karrysovs og løse ris, eller sellerisovs og kartoffelmos.

Bollerne kan fryses.