



Köttbullar, Pannbiff eller Köttfärslimpa

Köttbullar, Pannbiff eller Köttfärslimpa är ju bara tre sätt att forma färsen inför stekning. På Slötorp utgår vi hela tiden från samma köttfärsblandning och resultatet blir lika bra vilket vi än väljer.

Receptet är för ca 6 personer men kan justeras att passa både fler och färre.

Ingredienser

1/2 dl havregryn per 300g färs
1-1 1/2 dl vatten
1 msk riven gul lök
1/2 - 1 tsk salt
1 krm vit- eller svartpeppar
300g köttfärs

Stekning, 2 msk margarin

Gör så här

1. Blanda havregrynen och 1/2 dl vatten och låt svälla.
2. Skala och riv den råa löken
3. Blanda lök, salt, peppar och havregryn.
4. Lägg i köttfärsen och arbeta ihop den till en jämn smet. Späd med ytterligare vatten om det behövs.
5. Skölj händerna i kallt vatten och forma färsen.
6. Bryn margarinet i stekpannan och stek köttbullar på medelvärme, inte för många åt gången. Sänk värmen när de har en vacker färg runt om och låt dem eftersteka ett par minuter.

För egen del utelämnar jag det mesta av saltet, tycker inte att det behövs värst mycket. jag är också försiktig med vattnet.

Jag gör köttbullar på ca 2 till 2,5 kg köttfärs när jag ändå är igång. Steker köttbullarna så de får yta i ett stekjärn och lägger dem sedan på en plåt. Låter de bli färdigstekta i ugnen i ca 175 grader till köttsaften är klar och bullarna genomstekta.

Receptet passar också till köttfärslimpa om man inte har tid att stå och rulla. 225 grader på ugnen och limpan stå inne mellan 45 - 60 min i nedre delen. Ös buljong under tiden

Smaklig Måltid

/Peter