



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Pastasalat og kyllingkjøttboller med spinatpesto, stekt sommerkål og fennikel

## Kyllingkjøttboller

300 g kyllingkjøttdeig  
½–1 pakke kryddermiks med sennep og dill

## Syltet rødløk

1 stk rødløk  
2 poser hvitvinseddik  
1 dl vann <sup>B</sup>  
3 ss sukker <sup>B</sup>

## Pastasalat

100 g pasta  
1 stk fennikel  
½ stk sommerkål

## Spinatpesto

50 g spinat  
1 stk hvitløksfedd  
1 pakke cashewnøtter  
1 dl olje <sup>B</sup>

olje <sup>B</sup>  
salt <sup>B</sup>  
pepper <sup>B</sup>

<sup>B</sup> Basisvare

- 1. Kyllingkjøttboller:** Ha kjøttdeigen i en bolle sammen med kryddermiksen, og kna deigen godt sammen (se tips). Rull ut små boller av deigen.
- 2. Syltet rødløk:** Skrell og kutt rødløken i tynne skiver. Kok opp 1 dl vann, eddiken og 3 ss sukker i en liten kjele. Ta kjelen av varmen, vend inn rødløken, og la den trekke i laken frem til servering.
- 3. Pastasalat:** Tilbered pastaen som anvist på pakken. Skyll fennikelen, og fjern det ytterste laget på sommerkålen. Kutt fennikelen i tynne skiver, og del kålen i 2–3 båter gjennom stilkfestet. Varm opp en stekepanne til høy varme, og ha i litt olje. Stek kålen i omtrent 3 minutter på hver snittflate, eller til den er gyllen. Krydre med litt salt og pepper, og ha kålen over på et fat.
- 4. Kyllingkjøttboller, fortsettelse:** Varm opp stekepannen fra forrige punkt til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek kjøttbollene under omrøring i omtrent 4 minutter, eller til de er gjennomstekte.
- 5. Spinatpesto:** Skyll spinaten og skrell hvitløken. Ha spinaten over i et dørslag som får plass i pastakjelen. Ha dørslaget med spinaten oppi det kokende vannet med pastaen, og kok den i 2 minutter, eller til den har falt litt sammen. Ha spinaten i et litermål sammen med hvitløken, 1 dl olje og cashewnøttene. Kjør det hele sammen til en jevn pesto med en stavmikser, og smak til med litt av syltelaken fra punkt 2, salt og pepper.
- 6. Pastasalat, fortsettelse:** Riv kålbladene fra hverandre, og fordel dem på fatet. Topp med fennikelskivene, den ferdigkokte pastaen, kyllingkjøttbollene og den syltede rødløken. Ringe over pestoen til slutt.



## TIPS!

Hvis du vil forenkle oppskriften litt kan løken grovhakkes uten å syltes, og stekes med kjøttdeigen uten å rulle deigen til boller.