

## Ingredienser

---

2 dl hasselnötter  
2 dl avrunna och  
konserverade svarta bönor  
1 finhackad gul lök  
1 liten rivnen vitlöksklyfta  
2 ägg  
1 1/2 tsk dijonsenap  
1/2 msk soja  
1/2 msk ketjap manis  
1/2 tsk malen kryddpeppar  
Salt och svartpeppar  
1 msk smör eller olivolja

### Rödbetssallad

1 1/2 msk majonnäs  
1 dl gräddfil  
1 msk sötstark senap  
Salt och svartpeppar  
4 kokta rödbetor  
1 rött äpple  
1/2 finhackad rödlök  
Timjan till dekoration

## Juliga nötbullar (263 kcal per portion)

Mixa hasselnötterna i en matberedare till ett grovt mjöl. Mosa bönorna i en bunke och blanda ner hasselnötsmjölet. Tillsätt finhackad lök och riven vitlök. Tillsätt äggen och blanda ner dijonsenap och soja.

Smaksätt med kryddpeppar, salt och peppar. Låt stå 10 minuter och forma sedan bullar. Hetta upp en stekpanna med smör och bryn bullarna runt om på medelvärme i ca 7-8 minuter.

Gör rödbetssalladen genom att blanda ner majonnäs, gräddfil, senap, salt och peppar i en skål. Skär rödbetor och äpple i små tärningar och blanda ner i skålen tillsammans med hackad rödlök.

Dekorera med timjan.

