

Ingrediënten

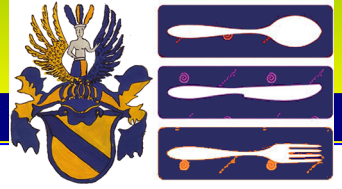
600 g	bieten
3 st	ui rood klein
3 teentje	knoflook
450 g	kikkererwten
150 g	havermout
2 el	pankow
4 tl	gerookt paprikapoeder
2 tl	komijnpoeder
2 tl	korianderpoeder
½ bos	peterselie
½ tl	limoensap
3 st	ei
	Peper en Zout

MeP

- ❖ 1 el, 1 tl, een kom
- ❖ Rode biet ca 40 min. koken, blussen en pellen (niet schillen)
- ❖ Ui poetsen en schillen
- ❖ Knoflook poetsen en fijn snipperen
- ❖ Kikkererwten in een zeef uit laten lekken
- ❖ Havermout afwegen
- ❖ paneermeel klaarzetten
- ❖ Paprikapoeder klaarzetten
- ❖ Komijnpoeder klaarzetten
- ❖ korianderpoeder klaarzetten
- ❖ Peterselie wassen en met steel fijn hakken
- ❖ Eieren klaarzetten
- ❖ peper en zout molen klaarzetten

Bereidingswijze

- ❖ Doe de biet, ui, knoflook en kikkererwten in een kom en mix met een staafmixer tot een grof mengsel. Maak het mengsel niet te fijn, het mag nog stukkig zijn.
- ❖ Meng dit samen met de havermout, paprikapoeder, komijn, koriander, peterselie en de eieren,



- ❖ Breng met Lemoen, peper en zout op smaak
- ❖ Mengsel minimaal 15 minuten in de diepvries
- ❖ Verwarm de oven voor op 180° C
- ❖ Leg op een bakplaat bakpapier.
- ❖ Maak er balletjes.
- ❖ Leg de balletjes op de bakplaat
- ❖ Bak in 20 min. Tot ze ietsjes bruin worden