



LAMMARANCINI

av havre med yoghurt-myntasås

INGREDIENSER

Havrerisotto

- 1 st schalottenlök
- 1 st vitlöksklyfta
- 1 msk matolja
- 3 dl polerad havre
- 1 dl vitt vin
- 8 dl grönsaksbuljong
- ½ dl riven parmesan
- salt och svartpeppar
- 1 st ägg

Lammfyllning

- tillagad lammstek
- färsk persilja
- salt, svartpeppar och en gnutta cayennepeppar

Panering

- 1 st ägg
- 2 dl panko-ströbröd

Yoghurt-myntasås

- 2 dl naturell yoghurt 10%
- 2 msk honung
- ½ tsk salt
- finhackad färsk mynta

Blanda ihop yoghurt-myntasåsen ingredienser och låg såsen vila i kylen.

GÖR SÅ HÄR

Havrerisotto

- Finhacka löken och stek en stund i olja på pannan.
- Tillsätt havre och stek en stund på svag värme.
- Tillsätt vitvinet och låt det avdunsta.
- Tillsätt grönsaksbuljong 2 dl i taget och låt vätskan sugas in under omrörning.
- Tillsätt till sist den rivna osten, smaksätt med salt och peppar och låt svalna en stund.
- Tillsätt ägget, rör om och lägg i kylen.

Lammfyllning

- Blanda ihop det finfördelade tillagade lammköttet och hackad persilja. Smaksätt med salt, svartpeppar och en aning cayennepeppar.

- Ta en matsked kall risottomassa på handflatan och sätt en tesked av fyllningen in i bollen. Ta ytterligare en sked av risottomassan och stäng bollen med den.
- Rulla risottobollarna först i ett uppvispat ägg och sedan i pankoströbröd.
- Friter i 180-grader varm olja under 3-4 minuter, tills bollen är vackert gyllenbrun.
- Låt arancinin rinna av på ett hushållspapper och servera dem sedan varma med yoghurt-myntasås.



**Kolla chef
Katja Tuomainens
andra lammrecept:
www.lammasyhdistys.fi/
materialipankki**

Lampaanlihan tuotantoketjun kehittäminen -projektet:

