

Lammköttbullar

LAMMKÖTTBULLAR

Ger 16 stycken

TILLAGNINGSTID:

30 minuter

500 g lammfärs

2 st vitlösklyftor

1 msk finhackad färsk rosmarin

1 tsk lökpulver

1 tsk himalayasalt

1 krm nymald svartpeppar

HUSGERÅD

Bunke

Vitlökspress

Måttsats

Stekpanna

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Bagaren & Kocken.

Lammköttbullar

Lammköttbullar

Dax för Lammköttbullar! [Köttbullar](#) är något som många älskar från barnsben och är en favorit som vi oftast har med oss hela livet. En rätt fylld med kärlek och trygghet.

Nu vill vi dela med oss av detta goda recept på Lammköttbullar.

Gör även ett besök och [läs mer om våra tankar kring receptet](#) Lammköttbullar på bloggen. Där delar vi också med oss av lite tips om hur du får saftiga och goda köttbullar.

Så här gör du

- Ta fram din lammfärs så den blir rumstempererad
- Lägg färsen i en bunke
- Repa och finhacka rosmarin
- Tillsätt rosmarinen med färsen
- Skala och pressa ner vitlösklyftorna
- Tillsätt lökpulver, salt och svartpeppar
- Blanda samman tills det blandat sig väl
- Forma färsen till köttbullar med hjälp av händerna
- Sätt en [stekpanna](#) på lite mer än medelvärme på spisen
- Lägg en rejäl klick med [ghee](#) i stekpannan
- När ghee smält lägg ner köttbullarna i pannan
- Vänd köttbullarna ganska omgående med hjälp av en sked
- Vänd dem sedan några gånger, under en inte allt för lång tidsperiod, med hjälp av skeden tills köttbullarna fått lite stekyta runt om
- Sätter ett lock över stekpannan och för stekpannan fram och tillbaka då och då, så att köttbullarna rullar i pannan
- Stek tills de börjar få fin färg

Nu är dina Lammköttbullar färdiga att avnjutas!

Lammköttbullar



Servera dina Lammköttbullar med förslagsvis härliga rotfrukter som över lag smakar gott att äta tillsammans med lamm och att [ugnsrosta rotfrukter](#) är ju en klassiker. [Hummus gjord på sötpotatis och morot](#) smakar också ljuvligt.

Om du vill servera en god sås till köttbullarna är vår [Tzatzikimajo](#) ett gott alternativ.

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.
