Champignon frikadeller med spidskålsalat og mormordressing
Mandag 19.januar 2026

Ingrediensser

1 dl Græskarkerner

2 æg

80 gr. havregryn ca. 2 dl

1½ tsk. salt

1 tsk. peber gerne pebermix

2 spsk. Hakket frisk timian eller 2 tsk tørret timian

400 gr. rensede champignon

Til stegning

2 spsk. Rapsolie

25 gr. smør til stegning

½ spidskål

1 æble

125 gr. blåbær

50 gr. mandler

Mormordressing

2 spsk. sukker

2 spsk. eddike

2 dl fløde

½ bdt. Dild

I håndfuld hakket persille

Fremgangsmåde

Svampedeller

Hak svampene i hånden eller i foodprocessoren og hak til svampene lige er hakket.

Varm en pande op kom lidt olie på og steg svampene lidt, hæld dem i en sigte til afdrypning og afkøling.

Hak græskarkernerne i en foodprocessor i ca. 10 sek. Tag kernerne op.

Hak løget i ca. 10 sek. Tilsæt havregryn, æg, timian, salt og peber og hak i 10 sek.

Kom græskarkerner og de afdryppede champignons. Bland alle ingredienserne.

Lad evt. farsen stå at trække lidt inden stegning

Form svampefarsen, med 2 spiseskeer, til ca. 18 svampedeller.

Lad olien blive varm i en pande. Tilsæt smørret og lad det blive gyldent.

Brun svampedellerne ved kraftig varme, 2-3 min. på hver side. Steg dem derefter ved jævn varme i 4-6 min. (i alt ca. 10 min.) - vend svampedellerne et par gange.

Det er vigtigt at dellerne har skorpe før i vender dem, ellers skiller de nemt.

Rør sukkeret ud i eddiken, og pisk fløden i.
Skyl dild og persille, og hak det fint. Rør det i dressingen.
Lad gerne dressingen stå og tykne i 5 minutter.
Server enten dressingen ved siden af spidskålssalaten eller vend salaten med dressingen, lige inden servering