

INGREDIENSER

400 gram Hälsans Kök Plant-based Balls
100 g frisk babyspinat, vasket
150 g revet gulerødder
150 g rødkål
10g havekarse
300 g hummus
4 fladbrød



Leder du efter en vegetarisk og super nem street food opskrift? Med Hälsans Kök plantebaserede kugler og denne vegetariske kegle kan du glæde alle smagsløgene rundt om bordet uden at bruge timer på at lave mad!

TILBEREDNINGSS INSTRUKTIONER

1. Hälsans Kök Grøntsagskugler

Steg Hälsans Kök grønnsagskuglerne i en stegepande med lidt olie til de er gennemvarme eller følg anvisningerne bag i ovnen.

2. Form keglen

Lav en fladbrødskegle ved at bruge en skarp kniv til at skære i fra den ene kant til midten, fold fladbrødet til en kegleform og fastgør med et spyd.

3. Pynt keglen

Fyld koglen med spinat, gulerødder og kål, hæld hummusen i og hæld 6 eller 7 kugler ovenpå. Pynt med lidt havekarse og server straks, når den er varm! God fornøjelse !

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](https://halsanskok.dk)