

Ingrediënten

Pour 2-3 personnes ~8-10 boulettes

Ingrédients pour les boulettes :

- 2 pavés de saumon
- 1/4 d'oignon rouge
- Herbes (coriandre et persil)
- 60g de chapelure
- 1 œuf
- Paprika, sel, poivre
- Graines de sésame
- Ciboulette

Ingrédients pour la sauce :

- 50 ml de sauce soja
- 2-3 cuillères à soupe de miel (sirop d'agave, sirop d'érable ou sucre)
- 2 cuillère à soupe d'huile de sésame
- 1 petit morceau de gingembre frais (facultatif)
- 1/2 gousse d'ail (facultatif)
- 1 cuillère à café de maïzena diluée dans 30ml d'eau



Recept

1. Enlever la peau du saumon et le couper en cubes.
2. Mélanger le saumon, l'oignon rouge, la chapelure, les herbes, assaisonner et mixer.
3. Préparer des boulettes de la taille d'une cuillère à soupe et réserver.
4. Pour la sauce, mélanger tous les ingrédients liquides, râper l'ail et le gingembre.
5. Faire cuire les boulettes dans une poêle sur chaque face.
6. Une fois les boulettes bien cuites, ajouter la sauce, la laisser épaissir et arroser les boulettes avec.
7. Servir avec un peu de riz, de la ciboulette et des graines de sésame.

Bron



<https://www.facebook.com/reel/3554763451487475>

<https://www.instagram.com/reel/DEfRsrFswYS/>

Info Martine Lycke

10/01/2025

Saus maken:

- 1 kl maïzena met 30ml water
- 50 ml sojasaus
- 2-3 honing
- 2 el sesam olie
- 1 gember (gebruikt 2 kl gembersiroop)
- 1 kleine look

In mixer:

- 2 zalmnoten in blokjes
- 1/4 rode ui
- 60 g de chapelure
- 1 ei
- sesam zaadjes
- kruiden met:
paprika, peterselie, koriander,
bieslook, pezo

Bolletjes bakken in de pan, daarna saus toevoegen en wat laten inkoken.
Met rijst

Fotos

