

Oppskrift grønnballe

Basert på oppskrift fra brosjyre fra Opplysningskontoret for meieriprodukter melk.no
Hurra! – ny vri på bursdagsmaten

- 1 rødløk, finhakket
- 1 rød paprika, i biter
- 100 g fersk spinat
- 2 ss flytende margarin
- 3 dl fibra fullkornshvetemel
- 3 dl grov sammalt hvete
- 2 ts bakepulver
- 4 egg
- 1 boks kesam (300g)
- 150g revet ost

Fres grønnsakene i litt flytende margarin. Bland alt det tørre godt sammen. Bland sammen egg og kesam før alt blandes sammen med salamien og osten.

Fordel røren i muffinsformer.

Stekes på 200 grader i 20-25 minutter.