



Vegan linzenballetjes met noten en salie



Bereidingstijd

> 1h



Moeilijkheidsgraad

Eenvoudig



Ingrediënten

2 eetlepels lijnzaad
2 eetlepels water
1 eetlepel olijfolie (+ extra)
200 gram gemengde noten (naar keuze -bv. pecan, hazelnoot, pistache)
40 gram gekookte linzen (eventueel uit blik, uitgelekt)
50 gram panko
1 bosje verse salie
1 groene appel (geschild en zonder klokhuis)
peper en zout

Bereidingswijze

- 1.** Meng het lijnzaad met 2 eetlepels water in een kommetje. Laat 10 minuten staan.
- 2.** Snij de ui fijn. Verhit de olijfolie in een pan en fruit de ui glazig.
- 3.** Mix de noten grof.
- 4.** Mix de linzen, de panko, de salie, de appel en het geweekte lijnzaad (inclusief het weekwater) met de gefruite uien tot een niet te fijne mengeling. Breng op smaak met peper en zout.
- 5.** Voeg de gemixte noten toe, maar hou 5 eetlepels apart. Strooi deze op een bord.
- 6.** Bekleed een bakplaat met bakpapier. Wrijf je handen in met olijfolie en vorm kleine balletjes van het mengsel zo groot als een walnoot. Wentel de balletjes door het notenmengsel. Leg ze naast elkaar op de bakplaat
- 7.** Zet 30 minuten in een op 180 °C voorverwarmde oven. Laat 10 minuten rustig opstijven na de baktijd in de oven en serveer.