



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



40 MIN. TILBEREDNING

Nordisk burger med rødbedepesto



SPÆNDENDE

Spændende og billige verdensrettersom børnene også kan være med på

Det skal du bruge

2 stk bagekartofler
300 g hakket oksekød
200 g rødbeder
1 stk hvidløg fed
1 drys bredbladet persille
½ stk salat
4 spsk parmesan revet
4 skiver rugbrød
62.5 g frisk mozerella
olie
salt
peber

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen på 225°C. Skær kartoflerne i både. Læg dem i et jævnt lag på en bageplade med bagepapir, dryp med olie og krydr med salt og peber. Steg kartoflerne i ovnen i ca. 25 min. til de er sprøde.
- 2 Form 2 store flade hakkebøffer af kødet. Steg dem på en pande i lidt olie ved kraftig varme 6-7 min. på hver side, og krydr med salt og peber.
- 3 Skræl og riv rødbede, og pres væden fra. Pil og pres hvidløg. Skyl, tør og hak persille. Skyl salat og bræk i mindre stykker
- 4 Bland rødbede, hvidløg, persille, 2 spsk. olie og 25 g parmesan. Smag til med salt og peber.
- 5 Rist brødene sprøde på en brødrister eller i ovnen. Lav en burger med salat, bøf, ½ kugle frisk mozzarella plukket i strimler og rødbedepesto. Servér med de sprøde ovnfritter til.

Næringsværdier



Energi pr. portion: 4.742 kj / 1.133 kcal

Indhold

Pr. portion

Fedt	53,5 g
heraf mættede fedtsyrer	15,2 g
Kulhydrat	102,6 g
heraf sukkerarter	18,2 g
Protein	60,4 g
Salt	3,0 g
Kostfibre	16,7 g

Allergener



Gluten, Mælk



Vidste du at..

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.

Vi også har en app, som hedder 'RetNemt'. I app'en kan du nemt og hurtigt ændre din bestilling og valg af retter.