



2 PORTIONER



2 DAGES HOLDBARHED



45 - 55 MIN. TILBEREDNING

Kilmanjaro burger af lam med chutney og sweet potato fritter

Det skal du bruge

50 g bacon
300 g hakket lammekød
½ stk hvidløg solo
500 g søde kartofler
2 stk tomater
25 g okra
1 stk rødløg
⅛ stk kanelstang
1 stk stjerneanis
2 spsk æbleeddike
2 stk burgerboller
50 g revet cheddar
1 stk hjertesalat
¼ stk agurk
1 drys koriander

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt, Sukker

Fremgangsmåde

- 1 Skær bacon i lidt mindre tern. Pil og pres hvidløg.
- 2 Rør kødet med bacon og halvdelen af det pressede hvidløg. Form en flad bøf pr. person, krydr med salt og peber og lad hvile på køl 15 min.
- 3 Vask kartofler og skær ud til fritter. Læg dem i vand ca. 15 min. Tænd ovnen og varm op til 200°C (Varmluft).
- 4 Chutney: Skyl tomater og skær i små rustikke stykker. Skyl okra, fjern toppen og snit i skiver. Pil løg, del og skær i tynde skiver. Smelt 1 spsk sukker i en gryde. Tilsæt kanelstang, stjerneanis, tomat, okra, hvidløg og halvdelen af løgene under omrøring. Tilsæt æbleeddike, læg låg på gryden og lad koge i 15 min. Fjern låg og kog yderligere 5-8 min. Fjern kanelstang og stjerneanis og smag til med lidt sukker, salt og peber.
- 5 Tør kartofler, vend med olie og salt og læg dem på bagepapir i en bradepande i ét lag. Bag ca 20 min. til de er gyldne. Flæk burgerbollerne og varm med i ovnen de sidste 5 min.
- 6 Steg bøfferne i olie på en meget varm pande 2-3 min. på hver side. Fordel revet ost oven på bøfferne mens de er varme, så osten smelter.
- 7 Skyl og pluk salat i grove stykker. Skyl agurk og skær i tynde skiver. Skyl, tør og hak koriander.
- 8 Byg burgeren af rødløg, koriander, salat og agurk, bøf og en skefuld tomat/okra-chutney på toppen. Servér fritterne til.

Tips:

Kødet har været frosset og må ikke genindfryses. Spises senest dagen efter levering.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Sesamfrø, Svovldioxid

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.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.212 kj / 768 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	36,3 g
heraf mættede fedtsyrer	15,8 g
Kulhydrat	63,6 g
heraf sukkerarter	26,6 g
Protein	46,6 g
Salt	2,2 g
Kostfibre	12,5 g