



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Mexi-burger med ovnbagte kartofler

Det skal du bruge

2 stk bagekartofler
300 g hakket oksekød
2 tsk mexican mix-krydderi
2 stk burgerboller
½ stk hjertesalat
½ stk løg
2 stk tomater
1 spsk chipotle-sauce
2 spsk mayonnaise
1 stk rød peber

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 230°C (Varmluft).
- 2 **Ovnbagte kartofler:** Skyl kartoflerne og del dem i kvarte. Læg dem med skrællen nedad og skær riller med ½ cm mellemrum på tværs uden at skære igennem. Bland med lidt olie og krydr med salt og peber. Bag dem 15-20 min. til de er møre.
- 3 **Smash-bøf:** Rør kødet godt med mexican-krydderi og form én kugle pr. person. Varm lidt olie op på en stor stegepande med plads til store bøffer. Kom kødet på og pres bøfferne helt flade med bagsiden af paletten, gerne så de bliver større end bollen, da kødet trækker sig sammen. Steg ved høj varme 2-3 min. på hver side.
- 4 **Brød:** Lun bollerne et par min. i ovnen.
- 5 **Salat:** Skyl salaten og del bladene fra hinanden. Pil løg og skær i skiver. Skær tomater og peberfrugt i tern og vend dem med chipotle-sauce.
- 6 Smør bollerne med mayonnaise. Byg burgeren op med bøf, tomat, salat og løg. Servér kartoflerne til.

Tips:

Læg hver stykke kartoffel i en grydeske, når du skærer riller, så det er nemmere ikke at komme til at skære igennem.

Allergener

Æg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Selleri, Sesamfrø, Soja

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:	3.046 kJ / 728 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	26,7 g
heraf mættede fedtsyrer	5,3 g
Kulhydrat	81,8 g
heraf sukkerarter	15,5 g
Protein	40,0 g
Salt	2,0 g
Kostfibre	9,6 g