



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



20 - 30 MIN. TILBEREDNING

Utraditionel burger med spidskålsgrønt

Det skal du bruge

1 fed hvidløg
½ stk skalotteløg
300 g hakket oksekød
½ pose karry
½ stk spidskål
1 pakke tranebær
2 stk burgerboller
1 spsk dijon sennep
¼ stk appelsin

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Burgerbøffer:** Pil hvidløg og løg. Pres hvidløg og hak løg fint. Rør kødet med karry, hvidløg, løg, salt og peber. Form til en flad hakkebøf pr. person. Varm en (grill)pande op med lidt olie og steg bøfferne ca. 5-7 min. på hver side til de er gennemstegte.
- 2 Spidskålssalat:** Skær spidskål i strimler og kom i en gryde. Hæld kogende vand over og lad det stå 1 min. Hæld herefter vandet fra og lad det køle lidt af. Bland med tranebær.
- 3 Burgerboller:** Del bollerne og rist dem på en brødrister.
- 4 Dressing:** Pisk grov sennep, 1 spsk appelsinsaft, ½ spsk olie, salt og peber sammen. Vend den i spidskålssalaten.
- 5** Læg burgeren sammen med bøf og spidskålssalat og servér.

Allergener

Æg, Byg, Gluten, Hvede, Laktose, Mælk, Rug, Sennep, 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:	2.619 kj / 626 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	24,0 g
heraf mættede fedtsyrer	7,0 g
Kulhydrat	59,9 g
heraf sukkerarter	17,3 g
Protein	42,5 g
Salt	1,7 g
Kostfibre	8,7 g