



Detta recept är ett samarbete med ViktVaktarna. Har du frågor om receptet eller ViktVaktarnas program, hör av dig till matkasse@viktvaktarna.se



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

🕒 30 - 40 min    👤 2 PORTIONER

Points®värde per portion

16

## Nötfärsbiffar med ugnstrostad potatis och het coleslaw

### Ugnstrostad potatis

Potatis 400 g

🏠 Neutral olja 1 tsk

🏠 Salt

### Coleslaw

Vitkål 300 g

Morot 1 st

Matyoghurt 1 dl

Dijonsenap 1 tsk

🏠 Sambal oelek ½ tsk

### Nötfärsbiffar

Nötfärs 250 g

🏠 Salt ½ tsk

🏠 Svartpeppar 1 krm

🏠 Flytande margarin ½ tsk

### Sallad

Snackgurka 1 st

Tomat 1 st

1. Värm ugnen till 225°C (varmluft) eller 250°C (vanlig).
2. **Ugnstrostad potatis:** Dela potatis. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtspapper och blanda med neutral olja och lite salt. Rosta mitt i ugnen ca 25 min, tills potatisen är mjuk och fått fin färg.
3. **Coleslaw:** Strimla vitkål tunt. Skala och grovriv morot. Rör ihop matyoghurt, dijonsenap och sambal oelek i en salladsskål. Blanda ner vitkål och morötter. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
4. **Nötfärsbiffar:** Lägg nötfärs i en bunke och blanda med salt och nymald svartpeppar. Forma till 4 biffar. Hetta upp flytande margarin i en rymlig stekpanna och stek färsbiffarna ca 5 min per sida, tills de är helt genomstekta (innertemp 72°C).
5. **Sallad:** Skär snackgurka och tomat i mindre bitar. Lägg allt i en salladsskål.
6. Servera nystekta nötfärsbiffar med coleslaw, ugnstrostad potatis och sallad.