



bild saknas

- ▮ 4 port
- ▮ Grönsaker, Huvudrätt, Lättlagat, Vegetariska

BÖNBIFFAR I PITABRÖD

Ingredienser ▮

4 st pitabröd
 1 burk kidneybönor (*ca 400 g*)
 1 krm svartpeppar
 1 st ägg
 $\frac{1}{2}$ tsk salt
 1 dl purjolök (*finhackad*)
 1 tsk strösocker
 125 g keso (*med chilismak*)
 1 dl ströbröd
 $\frac{1}{2}$ dl persilja
 smör
 2 tsk senap, fransk

▮ Dressing

2 dl gräddfil
 1 klyfta vitlök (*pressad*)
 $\frac{1}{2}$ st citron (*finrivet skal bara*)
 salt
 svartpeppar

Gör så här ▮

Mixa bönorna med ägget och blanda sen med purjolök, keso och persilja. Smaksätt med senap, kryddor, salt och socker. Tillsätt ströbrödet och låt svälla i ca 10 min. Forma till biffar, jag brukar göra dem ganska små så de får plats i pitabröden. Stek på medelvärme i smör i en stekpanna. Blanda ingredienserna till dressing. Serveras i pitabröd med sallad, tomat, rödlök och dressing