

inköpslistan.se

Av: Helena S Sandahl

- 4 port
- Fisk, Huvudrätt, Budget

FISKBURGARE MED KAPRIS- OCH RÖDBETSRÖRA

Ingredienser

1 kg potatis
1 pkt hokifile
2 st rödbetor
2 dl matyoghurt
1 msk kapris
1 msk pepparrot *(riven)*
2 tsk honung
1/2 st lök, gul
1/2 dl creme fraiche
1 msk potatismjöl
1 msk dill *(fryst, hackad)*
1 knippe saltgurka

torsdag

Gör så här

Koka potatisen. Tina fisken. Skär fisken i bitar och pressa ut vätskan. Skala och grovriv rödbetorna. Blanda med matyoughurten, kaprisen, pepparroten och honungen. Smaka av med salt och peppar. Skala och finhacka löken, fräs den mjuk utan att den tar färg. Låt svalna. Mixa lök, fisk, creme fraiche, potatismjöl och dill till en slät färs i en matberedare. Krydda med salt och vitpeppar. Forma till fyra burgare. Stek dem i smör, ca 3 min per sida. Servera fiskburgarna med rödbetskräm, potatis och saltgurka.