

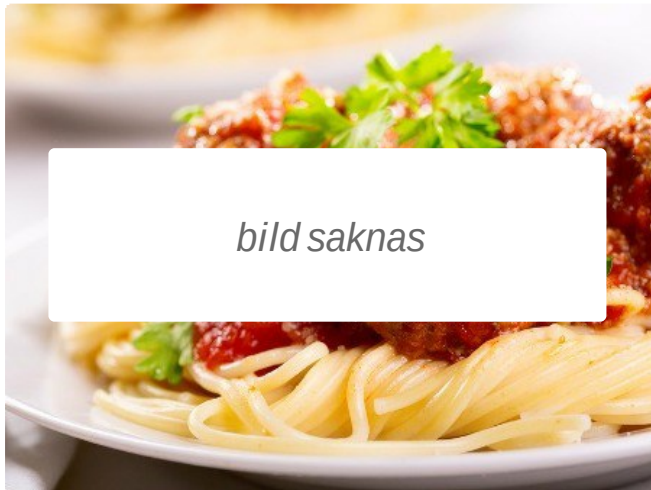


bild saknas

- ▮ 4 st
- ▮ Köttfärs, Huvudrätt, Lättlagat

MIAMIBURGARE*

Ingredienser ▮

400 g blandfärs (*eller nötfärs*)
 1 tsk salt
 1 krm svartpeppar
 2 krm chilipulver
 (*1 - 2 krm efter smak*)
 1 st rödlök (*liten, finhackad*)
 2 msk chilisås
 1 st ägg
 1 msk potatismjöl
 smör (*+ rapsolja för stekningen*)

▮ Tillbehörs-förslag

majskolvar (*med smör, flingsalt*)
 hamburgerbröd (*gärna fullkorn*)

▮ Fyll med t. ex....

sallad (*lite strimlad*)
 tomat
 rödlök (*ringar*)
 rostad lök
 ketchup
 barbequesås
 dressing, hamburgare

Gör så här ▮

Blanda färsen med salt och kryddor och därefter med resten av ingredienserna.
 Forma 4 hamburgare och stek i smör blandat med rapsolja.
 (Dessa burgare är även utmärkta att grilla. Pensla dem då med grillolja först.)

Lägg dem i värmda hamburgerbröd (gärna fullkorns) och servera te.x med lökskivor, tomat, salladsblad, ketchup eller valfri dressing.

Bjud kokta (grillade) majkolvar med smör och flingsalt till.