

inköpslistan.se

Av: Iréne

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, tomater, salladsblad, ketchup eller valfri dressing.

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