

på tallriken

Inköpslista

Vegoburgare med pankofriterad halloumi, rödbetsbröd, sallad, dressing & picklad rödlök

Rödbetsbröd:

- Jäst (50 g)
- Olivolja (0,5 dl)
- Honung (2 msk)
- Salt (1 tsk)
- Rödbetor (2 kokta)
- Solrosfrön (1 dl)
- Rågsikt (6 dl)
- Vetemjöl (5 dl)
- Flingsalt och ev svarta sesamfrön eller rostade rapsfrön som garnityr.

Pankofriterad haloumi:

- Halloumiostar 2 pkt
- Ägg (2 st)
- Pankoströbröd (2 dl)
- Vetemjöl (2 dl)
- Rapsolja att steka/ frittera i

Dressing:

- Crème fraîche (2 dl)
 - Dijonsenap (2 tsk)
 - Majonnäs (1 msk)
 - Persilja (1 näve hackad)
 - Citron (några droppar saft)
 - Salt & peppar
-
- Picklad rödlök. Färdigköpt eller:
 - Ättikssprit (1 dl 12%)
 - Strösocker (2 dl)
 - Rödlökar (2 st)
-
- Sallad 1 påse mixad
 - Ev sötpotatis som extra tillbehör

