

## INGREDIENSER

1 pk Hälsans Kök Sensational Burger (2 burgers)

2 burgerboller

¼ rødkål

1 agurk

1 pakke (100 g) gulrot 'julienne'

2 ss søtpotetmos (se kokkens tips)

1 sitron

1 liten boks kimchi (koreanske gjærede grønnsaker i en boks eller gryte)

50 g lammesalat eller normal grønn salat

salt

pepper

1 bolle karse (valgfritt)

3 ss majones



2 PORSJONER



25 MIN



MELLOM

Her er oppskriften på en tradisjonell hamburger, dog med den vrien at burgerpatten er vegetarisk. Den perfekte retten til grillsesongen, eller som et alternativ for vegetargjesten.

## FREMGANGSMÅTE

**1. skjær og mariner rødkålen**

Strimle rødkål i tynne strimler. Krydre med sitronsaft, salt og pepper.

**2. Skjær agurken**

Med en skreller, skjær agurken i tynne skiver og smak til med sitronsaft, salt og pepper.

**3. Bland din kimchi-mayo**

Bland majones med kimchi.

**4. Stek burgerkakene fra Hälsans Kök**

Legg bollehalvdelen i en (grill) panne. Stek Sensational Burgers i en stekepanne i henhold til instruksjonene på pakken.

**5. smør brødene**

Smør bollebunnene med søtpotetmos. Dekk til med en lammesalat og rødkål.

**6. Sett sammen retten og server!**

Plasser burgerkakene og topp med gulrot julienne, kimchi majones og agurkbånd. Skjær karsen, dryss på toppen og legg burgerlokket

## KULINARISKE TIPS

**Søtpotetpålegg**

Skrell og skjær 2 søtpoteter i biter og kok til ferdig. Drenk, la avkjøles og mal med 100 g kikerter, et fedd hvitløk og et dash olivenolje i en matprosessor til en jevn kremet spredning. Krydre med salt, pepper og sitronsaft.

**Gule gresskar / gurkemeieboller**

For 7 hamburgerboller trenger vi: 1 pakke hvitt brød blandet med gjær (450 g), 15 g gresskarpulver 15 g gurkemeiepulver, 25 g smør, 300 ml lunkent vann, 1 egg, sesamfrø og / eller valmuefrø. Forvarm ovnen til 200 °C. Bland gresskar og gurkemeiepulver i brødblandingen og tilsett vann og smør. Elt og la heve i henhold til instruksjonene på pakken. Del deigen i 7 like store biter og rull til kuler. Form dem til kuler ved å rulle deigen i den hule håndflaten. Legg dem på et brettet bakebrett. Pensle dem med vann eller lett pisket egg og dryss med sesamfrø og / eller valmuefrø. La dem heve igjen til dobbelt volum og stek dem i ca. 15 til 20 minutter. De skal høres hule ut når de trykkes på.

**SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO**