

på tallriken

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



Vegburgare 4 st

Rödbetsbröd 16 st (resterande bröd till frukost eller fikat)

- 50 g jäst
- 5dl ljummet vatten
- 0,5 dl olivolja
- 2 msk honung
- 1 tsk salt
- 2 kokta rödbetor
- 1 dl solrosfrön
- 6 dl rågsikt
- 5 dl vetemjöl
- flingsalt och ev svarta sesamfrön eller rostade rapsfrön som garnityr.

Pankofritterad haloumi:

- 2 Halloumiostar
- 2 ägg
- 2 dl pankoströbröd
- 2 dl vetemjöl
- Rapsolja att steka/ frittera i

Dressing:

- 2 dl crème fraîche

Gör så här:

Rödbetsbröden/ bugarbröden:

1. Lös upp jästen i det ljumna vattnet (37°C).
2. Mixa rödbetorna till en pure tillsammans med oljan och ev. lite vatten.
3. Blanda rödbetspurén i degspadet och tillsätt därefter samtliga ingredienser. Arbeta i maskin ca 10-15 min. Degen ska vara ganska lös.
4. Låt jäsa i ca 45 minuter under bakduk.
5. Dela degen i 16 delar och platta ut till runda kakor och lägg på plåt - låt jäsa i 15 -20 minuter.
6. Tryck små gropar med fingrarna och ringla över lite olivolja. Strö lite flingsalt över och om du vill svarta sesamfrön eller rostade rapsfrön.
7. Grädda i 210°C i ca 15 minuter.

Pankofritterad haloumi:

- 2 tsk dijonsenap
- 1 msk majonnäs
- 1 näve hackad persilja
- några droppar citronsaft
- salt & peppar

Övriga tillbehör:

- Picklad rödlök ([Klicka här för recept](#))
- 1 påse mixad sallad

och om du vill, pommes på sötpotatis:

- 4 sötpotatisar
- 3 msk rapsolja
- flingsalt

1. Skär halloumin i 0,5-1cm tjocka skivor.
2. Doppa dom först i vetemjölet, sedan i det uppvispade ägget och till sist i rikligt med panko.
3. Stek i rikligt med rapsolja (de ska ju nästan fritteras) på medelvärme tills de fått fin färg och blivit knapriga. Du kan naturligtvis använda riktig fritös eller fritösgryta om du har. Använd då olja som tål hög värme (180°C).

Dressingen:

1. Hacka persiljan.
2. Rör ihop crème fraich, senap och majonnäs. tillsätt persiljan och smaka av med citronsaft, salt och peppar.

Dela bröden och fördela halloumi, sallad, dressing och picklad rödlök efter tycke och smak.

Ugnsbakade pommes på sötpotatis:

1. Sätt ugnen på 225°C.
2. Skala och skär potatisen i stavar.
3. Fördela i ugnsform och ringla över olja samt strö över ett par nypor flingsalt.
4. Baka i 25-30 minuter.