



## HJORTEBURGER MED OMNSTEIKTE GRØNSAKER OG HEIMELAGA BURGERBRØD

6, BRAKANES BARNE- OG UNGDOMSSKULE

### INGREDIENSER:

Beregnet til 20 porsjoner

- 3 ss brun sukker
- 1 ss sennep
- 5 dl Vatn
- 300 g plukka tyttebær (ulvik)
- 3 ss ketchup
- 5 ss Potetmjøl
- 3 stk økologiske egg
- 6 dl lettrømme
- 2 kg Hjortekjøtt (lokalt frå ulvik)
- 3 ts kverna pepper
- 1.5 dl BBQ-saus
- 1 ts salt/pepper
- 3 ts timian
- 1 stk raudløk (undeland gård)
- 1 ts paprikakrydder
- 5 ts havsalt

### SLIK GJØR DU:

- 1** Bland hjortekjøttdeig og alle andre ingredienser og lag flate burgerpetties (100gr per pette)  
Steik i ein steikepanne med litt oliveolje
- 2** Tytte-BBQ saus :  
  
kok opp 300gr tyttebær, 3ss brun sukker, 1 økologisk raudløk(finhakka), litte salt/pepper, 1,5dl BBQsaus (frå butikken)  
(la det småkoka i 15min)
- 3** Burgerdressing: band saman!  
  
2 beger lettrømme  
2 ts salt  
3 ss ketchup  
1 ss sennep  
1 ts paprika  
½ ts pepper
- 4** Hamburgerbrød :

## 20 PORSJONER

? 4½ dl vann (fingervarmt)

? 3dl melk (fingervarmt)

? 50 g gjær

? 2 ss olje

? 1 egg

? 2 ts salt

? 2 dl siktet rugmel

? 2 dl grov sammalt hvete

? ca. 14½ dl hvetemel

? 4 ss sesamfrø

1. Rør gjær ut i fingervarmt vann/melk (37 °C) og tilsett olje,egg, salt og hvetemel. Elt deigen godt. La den heve i ca. 1/2 time, eller til dobbel størrelse.

2. Del deigen i 20 like store emner, eventuelt halvparten av deigen til 10 like store emner, og form dem til litt flate burgerbrød. La brødene etterheve i ca. 20 minutter til omtrent dobbel størrelse.

3. Pensle burgerbrødene med vann og dryss sesamfrø på toppen. Stek midt i stekovnen på 225 °C i ca. 15 minutter. Avkjøl på rist.

## 5

Ovnsteikte grønnsaker (frå økologisk gård undeland Ulvik)

? 6 gulrøtter

4 pastinak

? 10 potet

1. Skrell og del opp grønnsakene.

2. Legg grønnsaker i en ildfast form eller langpanne. Dryss over olje, strøkarving, krydre med frisk timian, salt og pepper.

3. Vend alt godt sammen og sett formen midt i stekeovnen. Bak grønnsakene på 210 °C i ca 30 minutter, til grønnsakene er møre og har fått fin farge.