



HJORTEBURGER MED OMNSTEIKTE GRØNSAKER OG HEIMELAGA BURGERBRØD

6, BRAKANES BARNE- OG UNGDOMSSKULE

INGREDIENSER:

Beregnet til 20 porsjoner

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
3 ss	brun sukker
1 ss	sennep
5 dl	Vatn

SLIK GJØR DU:

- 1 Bland hjortekjøttdeig og alle andre ingredienser og lag flate burgerpetties (100gr per pettie)
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

4pastinak

? 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.