



## GRØNSAKSBURGER MED KYLLING OG BRØD

6A, TANGEN SKULE

### INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

0.5 stk	økologisk rødløk
3 ss	smør til steiking
3 stk	økologiske egg
0.25 stk	hvitløk (2 fedd)
3 ss	sammalt fint hvetemel
200 g	Brokkoli (helst økologisk)
2 ts	salt
300 g	Poteter (korteist fra nabokommunen Lærdal)
1 ts	pepper
0.25 stk	paprika
1 ts	chilipulver

### SLIK GJØR DU:

- 1** Kok/damp potetene til de begynner å bli møre, det kan godt være litt motstand i dei.
- 2** Kok opp vann. Når det bobler godt har du i brokkoli og lar den koke i 1,5 minutt. Tøm det i en sil og skyll med kaldt vann for å stoppe kokeprosessen. Viktig at brokkolien fortsatt har en del tyggemotstand.
- 3** Finhakk paprika, rødløk og kvitløk. Del brokkolien i små buketter og brokkolistilken i små biter. Rasp dei kokte potetene på rivjern eller i kjøkkenmaskin.
- 4** Ha poteter, paprika, brokkoli, rødløk og kvitløk i en bolle og bland det. Tilsett krydder (kan også ha i litt finhakka urter dersom de ønsker det) og bland det godt.
- 5** Rør inn egg og mjøl. Bland alt godt sammen. Klem massen sammen til 8 flate burgerar med litt vann på hendene eller engangshansker.
- 6** Stek burgerane i smør på middelsvarme til dei er gylne på begge sider. Vær forsiktig når du snur dei.
- 7** Steik kyllingen i smør og krydre den etter ønske.
- 8** Server burgerar med steikt kylling brød til.