



VEGETARBURGER M/POTETBÅTER

6A, EVJE SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

STEKESMØR

- 3 stk poteter
- 1 stk grovt hamburgerbrød
- 1 stk økologisk tomat
- 0.25 stk økologisk agurk
- 1 stk isberg salatblad
- 1 skive GoVegan cheddarost

ØKOLOGISK KETCHUP

VEGANSK HAMBURGERDRESSING

OLIVENOLJE

SALT

PEPPER

SLIK GJØR DU:

- 1 Sett ovnen på 200 grader (varmluft).
- 2 Skyll/rens potetene og skjær de i båter. Ha potetene i en bolle, og bland inn olivenolje, salt og pepper. Ha potetene på et stekebrett med bakepapir, og stek midt i ovnen i ca. 20-30 minutter.
- 3 Rens og skjær grønnsakene i passe store biter.
- 4 Varm opp en stekepanne og ha i stekesmør. Stek vegetarburgeren i pannen når smøret bobler/freser. Stek først en side til den får en fin og god stekefarge, ca. 2-3 minutter. Snu den om, ha på GoVegan cheddarost, og la steke like lenge på denne siden. Ha gjerne et lokk på, så smelter osten raskere.
- 5 Når potetene tas ut skrus varmen på ovnen helt av. Da legger du hamburgerbrødet i ovnen og lar det varmes i ca. 2 minutter.
- 6 Ta ut brødet, og anrett den vegetariske hamburgeren med grønnsaker, dressing, poteter og ketchup på en tallerken.
- 7 BÅNN ÆPETAIT!