

Hamburger

Ingredienser:

- 600 g karbonadedeig
- 2 stk egg
- 2 ts buljong
- 20 g havregryn (kokt)
- ¼ hvitløk
- ¼ løk
- sennep
- pepper

Fremgangsmåte:

- Ta karbonadedeigen i en bolle, og bland i buljong, havregrøt, hvitløk og løk. Ha i eggene.
- Smak til med sennep og pepper.
- Formes til 4 hamburgere og stekes i panna. Kan gjennomstekes i ovnen.

Hamburgerbrød:

- 350 g sammalt hvete fin
- 250 g sammalt hvete grov
- 125 g havregrøt (ferdig kokt)
- ½ pk gjær
- salatkrydder
- ½ dl olje
- 3-3,5 dl vann

Fremgangsmåte:

- Bland alt det tørre, tilsett havregrøten og oljen. Til slutt tilsetter du vannet.
- La deigen heve i 30-60 minutter (til dobbel størrelse). Trill ut og hev i ytterligere 20-30 minutter.
- Stekes på 200° i 15-20 minutter.

Salat:

Du kan enten lage en salat til å ha ved siden av, eller du kan ta salat og det du har lyst på rett på burgeren.