

Rødbetburgere med grovbrød og yoghurtdressing

Jeg har en greie for rødbeter, we are close. Derfor har jeg alltid noen liggende og de er utrolig anvendbare OG holdbare. Og medgjørlige. *A groovy kind of love.* I dag ble de altså til burgere sammen med litt enkelt tilbehør jeg hadde i kjøleskapet. En virkelig god veggismiddag til en billig penge. Yummy!



Ladies in red:

(ca 5 stk, men lag dobbel porsjon...)

2 medium rødbeter, skrelt og i terninger

1 boks canellinibønner (hvite bønner), skylt og rent av

2 fedd hvitløk

1 god håndfull fersk basilikum

2 ss grilljermel

litt salt

nykvernet pepper

Tilbehør:

5 skiver grovbrød (gjerne noe restebrød, skal uansett ristes)

tomater, i skiver

avocado, i skiver

vårløk eller annen løk, i skiver

issalat, strimlet

1 dl yoghurt naturell

1 ts honning dijonsennep

1 fedd hvitløk, finhakket

litt salt

Finn frem en kjøkkenmaskin (med kniv) og ha i rødbeter, bønner, grilljermel, salt, pepper, hvitløk og basilikum. Bland til en jevn farse. Lag 5 burgere med hendene (du blir rød etterpå, bruk plasthansker om du vil) og stek i litt olje på middels varme. Jeg stekte de 5 minutter på hver side, eller litt mer, prøv deg frem. Burgerene blir uansett ikke superfaste.

Bland yoghurt, sennep, hvitløk og salt til en sursøt dressing.

Stikk ut sirkeler av brødet med et glass og rist i ovnen på ca 200 grader, pass på så de ikke brenner seg.

Legg opp med brød, salat, burger, dressing og hva enn tilbehør du digger. SPIS!



God søndag!