



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Mangoglasert lakseburger i fullkornsbrød med spicy limeyoghurt og tortillachips

Spicy limeyoghurt

½ stk lime
150 g yoghurt
½ pakke røkt chilimix

Gulrot- og kålsalat

2 stk gulrøtter
1 stk grønt eple
1 bunt koriander
100 g finsnittet rødkål
½ stk lime
¼ ts salt ^B
½ ts sukker ^B

Mangoglasert lakseburger

1 glass mangochutney
½ pose glutenfri soyasaus
260 g lakseburgere

Burgerbrød og tortillachips

2 stk grove hamburgerbrød
½ pakke tortillachips

olje ^B
salt ^B

^B Basisvare

- 1. Spicy limeyoghurt:** Skyll limen godt, og finriv litt av skallet (kun det grønne) på et rivjern. Ha yoghurten i en liten skål, og smak til med med chilikrydderet, limeskallet og litt salt.
- 2. Gulrot- og kålsalat:** Skrell gulrøttene, og skyll eplet. Grovriv gulrøttene og eplet på et rivjern. Skyll, rist og grovhakk koriander. Bland sammen grønnsakene og koriander i en salatbolle, og vend inn saften av limen, ¼ ts salt og ½ ts sukker.
- 3. Mangoglasert lakseburger:** Bland sammen mangochutneyen og halve posen med soyasaus i en skål. Varm opp en stekepanne til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek lakseburgerne i 1-2 minutter på hver side, og krydre med litt salt og pepper. Fordel mangoblandingen på burgerne, og la dem hvile på en tallerken et par minutter før servering.
- 4. Burgerbrød og tortillachips:** Tørk ut av stekepannen og varm den opp til middels varme. Varm brødene i et minutt eller to på hver side i stekepannen. Sett sammen burgerne med gulrot- og kålsalaten, lakseburgerne, den spicy limeyoghurten og topp med tortillachipsene.



TIPS!

Grønnsakene kan stekes raskt i en stekepanne om du heller ønsker det. Krydre lakseburgerne med litt ekstra chipotlekrydder for mer smak.