



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

Libanesiska färsbiffar med hummus, rostad bulgur och tomat- och ruccolasallad

Rostad bulgur

- Bulgur 125 g
- Vatten 2 dl

Hummus

- Kikärter 1 förp
- Vitlök 1 klyfta
- Citron ½ st
- Olivolja 2 tsk
- Spiskummin 1 krm
- Salt ½ tsk

Libanesiska färsbiffar

- Ströbröd ½ förp
- Mjök 3 msk
- Ägg 1 st
- Blandfärs 250 g
- Vitlök ½ klyfta
- Spiskummin 1 tsk
- Salt ½ tsk

Tomat- och ruccolasallad

- Tomat 2 st
- Bananschalottenlök 1 st
- Ruccola 30 g
- Citron ½ st

Att ha hemma ●

- Ägg, Mjök, Olivolja, Salt, Vatten

1. Om du vill grilla, tänd bara ena halvan av grillen så att du kan tillaga på indirekt värme vid sidan av glöden.
2. **Rostad bulgur:** Hetta upp lite olivolja i en kastrull. Tillsätt bulgur och låt fräsa ca 3 min. Tillsätt vatten och salt, koka enligt tidsanvisning på förpackningen.
3. **Hummus:** Häll av kikärter, men spara spadet. Lägg kikärter, 3 msk kikärtsspad, pressad vitlök, pressad citronsaft, olivolja, spiskummin och salt i en mixerbunke. Mixa till en slät röra med stavmixer.
4. **Libanesiska färsbiffar:** Blanda ströbröd, mjök och ägg i en bunke. Tillsätt blandfärs, pressad vitlök, spiskummin och salt. Blanda ihop allt och forma färsen till 2 biffar.
5. Grilla färsbiffarna ca 2 min per sida på direkt värme. Flytta över till indirekt värme och grilla klart under lock ca 10 min, tills de är helt genomstekta.
6. **Tomat- och ruccolasallad:** Tärna tomat och finhacka bananschalottenlök. Lägg allt i en skål och blanda med ruccola, pressad citronsaft, olivolja och lite salt.
7. Servera libanesiska färsbiffar med hummus, rostad bulgur och ruccolasallad.

TIPS! Vill du inte grilla? Stek färsbiffarna i en stekpanna ca 2 min per sida och tillaga klart i ugnen på 200°C ca 10 min, tills de är helt genomstekta.

* Du kan byta ut ingrediensen mot ett allergivänligt alternativ