



Detta är ett lågkalorirecept, vilket kan innebära att allt i förpackningen inte används. Följ receptet noggrant för att varje portion ska hålla sig under 550 kcal.



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden.

## Fiskburgare med lime och koriander

### Fiskburgare

Lime, (limeskal) 1 st  
Rödlök ½ st  
Koriander 10 g  
Vitlök 1 klyfta  
Clariasfärs 250 g  
Srirachasås ½ förp  
● Salt ½ tsk  
● Olja 1 tsk

### Dressing

Matyoghurt 1 dl  
Sweet chilisås 1 förp  
Vitlök ½ klyfta  
Lime, (limesaft)

### Till servering

Röd paprika ½ st  
Rödlök ½ st  
Snackgurka 1 st  
Hamburgerbröd 2 st  
Ruccola 30 g

### Att ha hemma ●

Olja, Salt

- 1. Fiskburgare:** Skölj lime i ljummet vatten och finriv skalet. Grovriv rödlök. Grovhacka koriander. Lägg allt i en skål. Blanda ner pressad vitlök, clariasfärs, srirachasås (börja ev med mindre mängd sriracha, se tips!) och salt. Blanda väl och forma till 2 burgare.
- 2. Dressing:** Lägg matyoghurt i en skål. Blanda med sweet chilisås, pressad vitlök och lite pressad limesaft från den använda limen. Smaka av med lite salt.
- 3. Fiskburgare:** Hetta upp olja i en rymlig stekpanna. Stek burgarna ca 4 min per sida, tills de är helt genomstekta.
- 4. Tillbehör:** Skiva röd paprika och rödlök. Skär snackgurka i stavar. Hetta upp en torr stekpanna och rosta hamburgerbröden med snittytan nedåt, tills de fått fin färg.
- 5. Fyll hamburgerbröd** med ruccola, fiskburgare, röd paprika, rödlök och dressing. Servera med gurstavar.

**TIPS!** Stek gärna ett litet smakprov på den kryddade färsen. Öka sedan kryddning efter smak.