

# SEIBURGERE

Denne fiskeburgeren er rask å lage. Smaken kan varieres ved å tilsette hvitløk og forskjellige finhakkede urter.

Server burgeren på en skive grovt brød, i grove burgerbrød med salatgrønnsaker, løkringer og ovnsstekte potetbåter, eller som en tradisjonell middag med kokte poteter, råkost eller kokte grønnsaker og yoghurt naturell, letrømme eller kesam/kvarg.

varme retter // enkel



## Ingredienser (10 porsjoner):

- ☐ 900 g seifilet, i biter
- ☐ 1 ts salt
- ☐ 0.5 ts pepper
- ☐ 2.5 ss potetmel
- ☐ 3 ss løk, finhakket
- ☐ 3 fedd hvitløk (valgfritt)
- ☐ 3 ss gressløk/timian finklipt (valgfritt)
- ☐ 2.25 dl iskald lettmelk/vann
- ☐ 3 ss flytende margarin

## Slik gjør du

1. Kjør fiskekjøttet raskt i en matprosessor.
2. Tilsett salt, pepper, potetmel og løk og kjør noen få sekunder.
3. Tilsett melken. Kjør farsen bare noen få sekunder til, ellers blir den finmalt.
4. Form farsen til 12 kaker med en spiseskje som er dyppet i kaldt vann. Trykk dem flate.
5. Varm margارين i en stekepanne. Stek seiburgerne pent brune på begge sider ved middels varme.

## Tips

Frossen sei i blokk er rimelig, og passer bra til seiburgere.

**ALLERGENER:** fisk, melk, laktose, soya (finnes i flytende margarin)