



Nötfärsbiffar med ugnsrostad potatis, coleslaw och citron

Jonny · 2024-11-27



Förberedelsetid

ca 40 minuter

Svårt

medelsvårt

Portioner

2 personer för 4 pers dubbla allt

Description

Denna rätt är en bra viktväktar rätt. Men väldigt god.
för 4 personer dubbla receptet...

Ingredienser

- --- Ugnsstad potatis ---
- Potatis 400 g
- Bakplåtpapper 1st
- Neutral olja 1 tsk
- Salt
- --- Coleslaw ---
- Citron, (skal+saft) ½ st
- Vitkål 300 g
- Morot 1 st
- Matyoghurt 1 dl
- Dijonsenap 1 tsk
- --- Nötfärsbiffar ---
- Nötfärs 250 g
- Torkad oregano 12 msk
- Salt ½ tsk
- Svartpeppar 1 krm
- Flytande margarin 1 tsk
- --- Sallad ---
- Snackgurka 1 st
- Tomat 2 st

Instruktioner

1. Värm ugnen till 225°C [varmluft] eller 250°C (vanlig).
2. Ugnsstad potatis --- Dela potatis. Lägg på en ugnsplåt med bakplåtpapper och blanda med neutral olja och lite salt. Rosta mitt i ugnen ca 25 min, tills potatisen är mjuk och fått fin färg.
3. Coleslaw --- Skölj citron i ljummet vatten och finriv skalet. Strimla vitkål tunt. Skala och grovriv morot. Rör ihop matyoghurt och dijonsenap i en salladsskål. Blanda ner citronskal, vitkål och morot. Smaka av med lite citronsaft, salt och nymald svartpeppar.
4. Nötfärsbiffar --- Lägg nötfärs i en bunke och blanda med torkad oregano, salt och nymald svartpeppar. Forma till 4 biffar. Hetta upp flytande margarin i en rymlig stekpanna och stek biffarna ca 5 min per sida, tills de är helt genomstekta.
5. Sallad --- Skär snackgurka och tomat i mindre bitar. Lägg allt i en salladsskål.
6. Servera nystekta nötfärsbiffar med coleslaw, ugnsstad potatis, gurka och tomat.
7. TIPS! Om du har, använd gärna en stektermometer.