

Smashburgare

0,8 kg CO₂/kg Ciona-färs

Cirka 100 stycken

Produkt:	Mängd:
Purply formbar färs	8 kg
Havregryn, glutenfria mixade	1 kg
Brynt lökfond	500 g (5dl)
Salt och peppar efter smak	
Rapsolja att steka i	
Blueberry BBQ-dressing	
BBQ-sås	1 l
Blåbärssylt	500 ml
Pressad lime (kan uteslutas)	½ dl



Tillagningsanvisning:

Blanda ingredienserna till burgarna och förbered alla tillbehör

Forma bollar som är på ca 100g

Hetta upp rapsolja i en stekpanna eller stekbord och stek burgarna på medelvärme så att de får lätt stekyta. Har du inte ett smashjärn går det med en liten kastrull för att "smasha" burgarna.

Salta och peppra efter smak

Servera med hamburgerbröd, Blueberry BBQ-dressing, rostad lök, majonäs, salladsblad, skivad tomt och picklad lök. Kan serveras både i buffé med tillbehören vid sidan eller som färdiga burgare.

Du kan givetvis göra smashburgarna med 100% Purplyfärs eller byta ut havregryn mot köttfärs. Balansen mellan 80-50% animalisk inblandad färs kan du med lätthet bestämma själv.

Om du vill kan du blanda i lite liquid smoke eller rökt paprikapulver i burgarna för en mer "grillad" smak.

Specialkost:

Innehåller lök. Kan innebålla spår av **BLÖTDJUR, FISK, SKALDJUR**.

Purply™

Food for thought