

# SENSATIONAL BURGER MED PORTOBELLOSVMPE & MYNTESAUCE

## INGREDIENSER

1 pakke Hälsans Kök Sensational Burger  
(2 burgere)

4 store portobellosvampe

100 g frisk spinat

1 stor gulerod

1 avocado

Salt

Peber

1 pakke alfalfa spirer

½ agurk

1 lime

1 spsk vegansk yoghurt (soja eller havre)

2 kviste mynte

Solsikkeolie eller anden olie til stegning

Sesamfrø (valgfrit)



2 SERVERING



35 MIN



INTERMEDIATE

Hälsans Köks Sensational Burger med portobellosvampe som brød og en cremet myntesauce. Den perfekte opskrift hvis du er blevet træt af den klassiske hamburger.

## TILBEREDNINGS INSTRUKTIONER

### 1. Skær og steg gulerødderne

Skræl gulerødderne og skær dem i tynde skiver. Steg derefter gulerodsstykkerne i masser af olie, indtil de er gyldenbrune. Lad gulerodstykkerne køle af på køkkenpapir eller et rent viskestykke for at fjerne overskydende olie.

### 2. Lav myntesaucen

Riv agurken fint og pres vandet ud. Hak mynte. Bland derefter agurk og mynte med den veganske yoghurt i en skål. Smag til med salt og peber.

### 3. Lav portobello-brødet

Fjern portobellosvampens stilk og rengør svampen. Steg dem derefter på medium varme på begge sider i ca. 5 minutter i lidt olie.

### 4. Steg/grill Sensational Burgers

Steg eller grill Hälsans Kök Sensational Burgers i henhold til instruktionerne på pakken. Et tip er at krydre burgerne med peber lidt som med almindelige burgere.

### 5. Skær avocado

Mens du tilbereder dine Sensational Burgers, kan du benytte lejligheden til at skære avocadoer i skiver og presse limesaft fra limen ud over.

### 6. Saml og server!

Så er det tid til at samle din burger! Start med en portobello-base, tilsæt avocadoskiver, spinatblade og alfalfa spirer. Tilføj derefter en Sensational Burger, og brug en ske til at sprede myntesaucen oven på. Top med den stegte gulerod. Sæt portobello-låget ovenpå og top med sesamfrø for at få den fulde effekt! Sensational!

[SE FLERE OPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.DK](https://halsanskok.dk)