

Torskeburger med fyld af grønkål, granatæble og rødløg.

4 personer:

"Torskebøf":

600 g. torske/stenbider (hakkes groft)

2 dl havregryn

1 fint hakket rødløg

2 æg

1 revet kogt rødbede

Salt og peber

smør

Steges ca. 15 minutter på pande

Burgerfyld:

400 g grønkål

2 tsk. Dijonsennep

½ dl citronsaft

Salt og peber

½ dl olivenolie

150 g fintsnittet hvidkål befriet

for de yderste blade og stokken

100 g rødløg, snittet i tynde strimler

1-2 æbler, snittet i tynde strimler.



Fremgangsmåde:

Lad grønkålen trække i en skål med kold vand i mindst 10 minutter, pluk den i små stykker uden grove stilke. Bland dijonsennep, citronsaft, salt og peber med olie. Bland grønkål, hvidkål, løg, æble og granatæblekerner, og vend i olieblandingen.

Halver granatæblet og bank på skallen med en ske for at få kerne ud. Husk at fjerne rester af den hårde skal- kernerne sidder inde i granatæblet.

Burgerboller:

Sættes i en forvarmet ovn 3-4 minutter ved 200 grader.

Servering:

Bollerne halveres og smøres med sennep. På bunden kommes en skefuld burgerfyld på, så en "torskebøf", så igen en skefuld burgerfyld og herefter sættes låget på. God appetit.