

Kyllingebøffer med urter

10 portioner

Ingredienser

950 g Danpo hakket kylling

7 forårsløg

250 g spinat, optøet og vredet fri for væde

3 tsk. tørret oregano

3 tsk. tørrer basilikum

250 g fetaost

3 tsk. salt

Friskkværnet peber

Fedtstof til stegning

Tzatziki

2-3 store agurker

7 dl græsk yoghurt

5 fed hvidløg

Evt. 3 spsk. risvinseddike til sushi (eller 3 spsk. vineddike rørt med 3 tsk. sukker)

Salt og friskkværnet peber

Frisk dild

Tilbehør: Råstegte kartofler stegt med olivenolie, soltørrede tomater og tørrede krydderurter.

Tilberedning: Start med kartoflerne, - rengør og skær dem i både. Vend kartoffelbåde sammen med olivenolie, krydderier og soltørrede oliven. Steg dem i ovnen i ca. 45 minutter ved 200°C.

Kyllingebøffer: Kom hakket kylling i en skål. Snit forårsløgene fint men gem lidt af det grønne til at pynte med. Hak spinat og bland med forårsløg, hakket kylling, krydderier og smuldret feta. Form 10 store bøffer og steg dem på panden.

Tzatziki: Del agurker i to på den lange led og skrab alle kernerne ud med en teske. Riv resten af agurken groft og pres væden fra. Smag græsk yoghurt til med hvidløg, risvinseddike, salt og peber. Vend den revne agurk i og pynt med dild.



Go ide

Du kan også bruge bøfferne til en lækker og smagfuld burger. De er også gode på grillen serveret med en fyldig sommersalat med fx nye kartofler, krydderurter, grønne salater, asparges og nye ærter.