



Foto: Ulf Svensson

Grillad tonfiskburgare

Ingredienser 4 personer

60 g	färsk spenat
1 st	rödlök, liten
200 g	philadelphiaost light, 1 burk, eller motsvarande färskost
0,5 dl	hackad dill
0,5 st	vitlösklyfta, pressad
1 krm	salt
1 krm	svartpeppar, nymald
4 st	hamburgerbröd, stora
2 burk	tonfisk i vatten
1 st	biffomat

Tillagning

Supersnabb, matig och helt säkert populär rätt hos barnen. Grilla gärna tonfiskburgarna i smörgåsgrill. En rätt som barnen kan bjuda de vuxna på om de bara får lite hjälp att steka burgarna.

1. Skölj spenaten i durkslag och låt den rinna av. Skala och skiva löken tunt. Rör ihop philadelphiaosten med dill, eventuellt vitlök, salt och peppar. Bred blandningen på brödets underdel. Fördela spenaten och löken på.

2. Skiva tomaten tunt och lägg på. Häll av vattnet från tonfisken och fördela den på tomatskivorna. Avsluta med brödets överdel.

3. Stek dem på låg värme ca 3 min per sida, gärna med en lättare tyngd på, eller tryck till då och då med handen. Halvera dem eventuellt med en vass kniv. Servera med sallad.