



## **HAMBURGER**

**(przepis na 2 sztuki)**

### Składniki na ciasto:

- 250 g mielonego mięsa wołowego
- 2 bezglutenowe bułki do hamburgera
- 1 łyżka bezglutenowej musztardy (najlepiej Dijon)
- 1 mała cebulka (może być szalotka)
- sól i pieprz do smaku
- *opcjonalnie: ketchup, majonez, inny sos według upodobań, sałata, pomidor, ogórek konserwowy, ser, papryka (najlepiej grillowana), cebula (najlepiej grillowana)*

### Wykonanie:

- cebulę obrać, posiekać i zeszklić na patelni
- do mięsa dodać zeszkloną cebulę, majonez, doprawić solą i pieprzem oraz dokładnie wymieszać
- z mięsa uformować 2 krążki mięsa
- krążki mięsa grillować lub obsmażyć na patelni (około 6 minut z każdej strony)
- bułki podpiec, aby były ciepłe i chrupiące (najlepiej zgodnie ze wskazówkami podanymi na opakowaniu)
- gotowe bułki przekroić na pół, nałożyć mięso oraz inne dodatki według upodobań i posmarować ketchupem, majonezem lub innym sosem

[www.dietabezglutenowa.pl](http://www.dietabezglutenowa.pl)