

Vin till fetaostfyllda broccolibiffar – vegetariskt till fest

Elke Jung

Matiga och smakrika biffar till fest för vegetarianer och extra fint vin från Alsace. Servera med sallad och tomatsås.

Receptet är även lämpligt för veganer om du utelämnar ägg. Använd potatismjöl i stället.

Vin till maten

Gustave Lorentz Evidence Riesling 2016 (75875)

Gustave Lorentz, Alsace Frankrike, 129 kr. EKO. Vinet finns i BS.

Druvor: Riesling

Alkoholhalt: 12,5%

Sockerhalt: mindre än 2 g/l.

Smak: Torr, medelfyllig, frisk smak av citrus, melon, gula äpplen och ett lätt drag av kryddor. Härlig, längd med aningen fetma.

Omdöme: Vältjord och smakrik alsaceriesling.

Betyg: 4

RECEPT | Fetaostfyllda broccolibiffar, ca 6 biffar



- 1 schalottenlök
- 1 dl avorioris
- 3 msk olivolja
- 2 dl vatten
- 1 msk grönsaksfond
- salt
- 2 potatisar
- 125 g broccoli
- 100 g fetaost
- (1 ägg)

0,5-1 msk potatismjöl
svartpeppar
salt
1 msk finhackad färsk oregano eller 0,5 tsk torkad

Gör så här

Finhacka löken och fräs den tillsammans med riset i olivoljan.

Häll på vatten och grönsaksfond och tillsätt salt.

Låt det hela koka upp och sedan sjuda på svag värme i cirka 20 minuter eller tills vätskan kokat in.

Skala och skär potatisarna i mindre bitar och koka dem under tiden i en annan kastrull.

Hacka broccolin och förväll den i någon minut i lite kokande vatten.

Skär fetaosten i bitar.

Mosa de kokt potatisarna i en skål och blanda ner riset. Tillsätt broccolin, fetaost och eventuellt det råa ägget. Rör ner potatismjöl och krydda med peppar, salt och oregano.

Forma smeten till biffar och stek dem i cirka 5 minuter på varje sida i lite olivolja.

Servera med grönsallad och tomatsås.

Här hittar du ett [receptet på god tomatsås, signerad Barbro Guaccero](#).

Man kan även laga egen tomatsås med 2 stjälkar blekselleri, 1 morot och hela burktomater (1 burk), vitlök (salt och peppar självfallet), lök samt grönsaksfond. Urgott!

Recept ur boken "Vegetariskt, mat från Trädgårdscaféet Slottsträdgården Ulriksdal" av Katarina Nordgren och Tomas Södergren.

Bonnier Fakta.

ISBN 978-91-7424-529-5

För fler vin- och matförslag, välkomna till Vinbanken, <http://vinbanken.se>