

Rödbetsbiffar med durrakorn

RÖDBETSBIFFAR MED HELT DURRA

5 st mindre rödbetor
3 dl kokta kidneybönor
2 st schalottenlökar
1 st vitlöksolo
1 msk balsamvinäger
1 msk lantbuljongpulver (renée voltaire)
1 dl rostade hasselnötter
3 dl kokta durragryn
1 dl havregryn (glutenfria urtekrams grova)
2 tsk fiberhusk
en nypa färsk timjan
1 msk potatismjöl
en timjan kvist eller 1/2 tsk torkad
salt & svartpeppar

ÖRTOLJA

1 dl olivolja av god kvalitet
0.5 dl persilja
0.5 dl mixade färska örter (timjan, oregano, basilika)
citron, saft
flingsalt