



## Magyaros halburger

### Hozzávalók

- 1 csipet só
- 1 kocka Maggi Magyaros halászléköcka
- 250 g afrikai harcsa
- 1 fej vöröshagyma
- 10 g petrezselyem zöld
- 4 db hamburger zsemle
- 1 fej jégsaláta
- 150 g majonéz
- 1 tk olaj
- 4 szelet ementáli sajt
- 1 tk fűszerpaprika
- 50 g füstölt szalonna
- 1 ek olaj
- 2 gerezd fokhagyma

### Elkészítés

1. A hagymát nagyon apró kockákra vágjuk és lepirítjuk a zsíron. Hozzáadjuk a Halászlé kockát és a fűszerpaprikát. Felengedjük egy kevés vízzel. Teljesen puhára pároljuk, de a víznek el kell fornia.
2. Hagyjuk kihűlni.
3. A harcsát és a szalonnát aprító segítségével pépesítjük. Hozzáadjuk a kihűlt hagymát, picit sózzuk.
4. Egy serpenyőt enyhén kiolajozunk, teszünk bele egy méretre vágott szilikonos sütőpapírt, amit szintén beolajozunk egy picit.
5. A halpépet 4 egyenlő részre osztjuk, és egy fém karika segítségével megformázzuk a pogácsákat. Szép pirosra sütjük a serpenyőben.
6. Közben egy darab jégsalátát nagyon vékonyra felszeletelünk.
7. A majonézt kikeverjük a zúzott fokhagymával és a finomra vágott petrezselyemmel.
8. A halpogácsákat tányérra tesszük, ha megsültek.
9. Eltávolítjuk a papírt, majd megpirítjuk a félbevágott zsemléket is ugyanabban a serpenyőben.
10. Összeállítjuk a halburgert: zsemle alja, 1 szelet sajt, halpogácsa, jégsaláta, majonézzel megkent zsemle teteje.

#### Tápérték adatok

Szénhidrát	86.56 g
Energia	751.19 kcal
Zsír	33.11 g
Fehérje	26.12 g
Telített zsírok	8.03 g

35 Perc

4 adag