

## Halloumi- och morotsbiffar med citronrisoni och tsatsiki

Här kommer ett gott och fräscht vegetariskt recept på halloumi- och morotsbiffar som funkar för hela familjen. Biffarna tillagas i ugnen, vilket är väldigt smidigt. Risoni är en blandning mellan ris och pasta. Kidsen älskar det!





## Halloumi- och morotsbiffar med citronrisoni och tsatsiki

### 4 personer

250 g morötter

200 g halloumiost

2 ägg

1/4 dl panko (japanskt ströbröd) + 2 msk

3 dl risoni

1 citron

1 rödlök

70 g rucola

Olivolja, salt, nymald svartpeppar

### Tzatziki

3 dl turkisk yoghurt

1/2 grovriven gurka

1 pressad vitlök

Salt och peppar



**Gör så här:** Sätt ugnen på 250°. Skala morötterna. Grovriv morötter och halloumi på rivjärn. Blanda med ägg, 1/4 dl panko och 1 krm peppar.

Forma morotsblandningen till biffar med oljade händer och lägg dem på en plåt med bakplåtspapper. Strö på 2 msk panko och ringla över 1 msk olja. Tillaga mitt i ugnen ca 10 minuter.

Riv gurkan till tsatsikin grovt på ett rivjärn, gärna med skalet kvar. Lägg på en tallrik och salta rikligt. Låt stå ca 10 minuter. Krama ur all vätska från gurkan. Blanda turkisk yoghurt med gurka, pressad vitlök, salt och peppar.

Koka risonin i lättsaltat vatten enligt anvisning på förpackningen. Häll av i en sil och spola av med kallt vatten. Låt rinna av och lägg risonin i en skål. Skölj citronen i ljummet vatten. Finriv skalet och pressa ut 2 msk saft. Blanda risonin med citronskal, citronsaft, 2 msk olja, 1 tsk salt och 2 krm peppar. Skala och strimla löken. Blanda lök och rucola med risonin.

Servera biffarna med risonisallad och tsatsiki.

Receptet på biffarna och risonisalladen kommer från [Allt om mat](#).