

# Burgery z halloumi

## Wskazówki

- Czas przygotowania: 20 minut
- 2 porcje
- Wartość odżywcza 1 porcji: 638 kcal \ B-32 g \ T-39 g \ W-39 g \ Bł-5 g

## Składniki

- ✓ bułka kajzerka z ziarnami – 2 sztuki (120 g)
- ✓ awokado – 1 sztuka (110 g)
- ✓ rukola – 1 garść (20 g)
- ✓ suszone pomidory w oleju – 3 plastry (30 g)
- ✓ ser halloumi burger – 200 g
- ✓ pomidor – 1 sztuka (170 g)
- ✓ sok z limonki – 1/2 łyżeczki (2 g)
- ✓ płatki chilli – 1 szczypta
- ✓ sól – do smaku
- ✓ pieprz – do smaku

## Przygotowanie

1. Ser halloumi zgrilluj na grillu elektrycznym lub na patelni.
2. Pieczywo przetnij na pół. Możesz wybrać ulubione bułki, ja sięgnęłam po ziarniste kajzerki, ale domowe bułki do burgerów sprawdzą się jeszcze lepiej.
3. Awokado „udeptaj” przy pomocy widelca razem z solą, pieprzem i chili. Posmaruj spody bułek. Ułóż pokrojone suszone pomidory, rukolę, grillowane halloumi i plastry pomidorów. Kolejność dowolna. Przykryj i zjedz ze smakiem.

Źródło: <https://www.odzywiasiezdrowo.pl/burgery-z-halloumi/>