

## INGREDIENSER

1 pk Hälsans Kök Sensational Sausage (2 pølser)  
2 pølsebrød eller annet brød  
100 g surkål  
2 sylteagurk  
1 rødløk  
Salatblader  
Sennep



2 PORSJONER



20 MIN



LETT

Prøv vår versjon av en vegetarpølse med syrlige ingredienser fra surkål og syltede agurker. Den passer perfekt til grillmenyen, sportsbegivenheten eller bursdagsfeiringen. God appetitt!

## FREMGANGSMÅTE

### 1. lag surkålen

Hvis du vil kan du tilberede surkålen i ca 15 minutter slik at den blir mykere, men ukokt surkål er også veldig velsmakende og sprø!

### 2. stek løkringene

Skjær løken i halve ringer og rør i litt olje til den er lett brunet. Skjær sylteagurkene og vask salaten.

### 3. stek vegetarpølsene

Varm opp stekepannen eller grillen og stek/grill pølsene i ca. 8 minutter til de er brune og kokte.

### 4. samle og nyt!

Skjær pølsebrød eller annet brød i to og grill innsiden i stekepannen eller på grillen, fyll med sennep og salatblader og til slutt pølsen.

**SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO**