

## Bi-sandwich

Det følgende er en variant af den kendte ”bacon, salat og tomat” - sandwich, hvor hjælp bi-yngel-bøffer i stedet for bacon.

### ingredienser:

- Bi-yngel (laver/hvide pupper)200g
- 1 æggehvide
- 1 tsk smør
- 1/4 tsk honning
- 1 tomat
- 1 salat blad
- 2 skiver toast brød
- 1 spsk mayonnaise
- 1 knivspids salt

Sautér bi-ynglen i smør, med en lille smule salt og et par dråber af honning.

Når ynglen bliver gyldenbrun og får et sprødt udseende tages de af panden og bland med æggehvide så der lige præcist et nok til at binde bi-ynglen sammen. Form massen til en bøf og steg den kort på panden på begge sider.

Rist brødet og skær tomaten i skiver. Smør mayonnaisen på det ristede brød og placer bi-yngel-bøffen oven på salat og tomat

Enjoy!