

ΜΠΙΦΤΕΚΙΑ

ΥΛΙΚΑ

(ΓΙΑ 4 ΜΕΡΙΔΕΣ)

600γρ. κιμά

2 κρεμμύδια

4 κ.σ. λάδι

120γρ. ψωμί ολικής αλέσεως

1 κ.σ. ξύδι

1/2 φλ. γάλα άπαχο

μαϊντανό , σκόρδο ,

αλάτι , πιπέρι , θυμάρι

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

Μουσκεψτε το ψωμί με το γάλα , το ξύδι και το λάδι . Βάλτε το μείγμα σε ένα μπολ και προσθέστε όλα τα υλικά μαζί και το κιμά . Ζυμώνετε καλά και το βάζετε στο ψυγείο . Όταν θελήσετε το ψήσετε για λίγα λεπτά και από τις δυο πλευρές