

## Αφράτα μπιφτέκια με πιπεριά, μανιτάρι και κουρκουμά

Αφράτα μπιφτέκια με υπέροχη γεύση από το συνδυασμό πιπεριάς, μανιταριού και κουρκουμά!  
Δοκιμάστε αυτά τα απίστευτα νόστιμα μπιφτέκια και θα ενθουσιαστείτε!!

### Τι θα χρειαστείτε

600 γρ. κιμάς μοσχαρίσιος

2 κρεμμύδια τριμμένα

1 σκελίδα σκόρδο

2 μεγάλα μανιτάρια

1/2 πράσινη και 1/2 κίτρινη πιπεριά

4-5 κ.σ. φρυγανιά τριμμένη

1 αυγό

Μαϊντανός φιλοκομμένος

2-3 πρέζες ξερός δυόσμος

1 μικρή ρίζα κουρκουμά τριμμένη ή 1 κ.γλ. κουρκουμάς σε σκόνη

1 κ.σ. ξύδι

2 κ.σ. ελαιόλαδο

Αλάτι και πιπέρι

# Αφράτα μπιφτέκια με πιπεριά, μανιτάρι και κourkouμά

## Εκτέλεση συνταγής

Τρίβουμε τα κρεμμύδια. Αν βρούμε φρέσκια ρίζα κourkouμά την τρίβουμε και αυτή.

Στον πολυκόφτη αλέθουμε τις πιπεριές και τα μανιτάρια.

Σε μπολ αναμιγνύουμε το κρεμμύδι, τις αλεσμένες πιπεριές και τα μανιτάρια, το σκόρδο λιωμένο, τον κourkouμά και τον κιμά.-

Προσθέτουμε τη φρυγανιά, το ξύδι και το αυγό.-

Ζυμώνουμε ελαφρά και προσθέτουμε τον ψιλοκομμένο μαϊντανό και το δυόσμο. Βάζουμε και το ελαιόλαδο και ζυμώνουμε καλά τον κιμά να αφρατέψει και να αναμιχθούν καλά τα υλικά.

Μπορείτε να τον αφήσετε και μισή ώρα σκεπασμένο στο ψυγείο, να ανταλλάξουν αρώματα τα υλικά.

Στη συνέχεια πλάθουμε-σε μπιφτέκια, ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο και ψήνουμε στους 230°C στο γκριλ του φούρνου για περίπου 25 λεπτά, γυρίζοντας τα μια φορά.

Γίνονται πεντανόστιμα και πολύ αφράτα! Καλή επιτυχία!!

# Αφράτα μπιφτέκια με πιπεριά, μανιτάρι και κourkouμά

## Βήμα προς Βήμα

- 1 Σε μπολ αναμιγνύουμε το κρεμμύδι, τις αλεσμένες πιπεριές και τα μανιτάρια, το σκόρδο λιωμένο, τον κourkouμά και τον κιμά.-
- 2 Προσθέτουμε τη φρυγανιά, το ξύδι και το αυγό.-
- 3 Ζυμώνουμε ελαφρά και προσθέτουμε τον ψιλοκομμένο μαϊντανό και το δυόσμο. Βάζουμε και το ελαιόλαδο και ζυμώνουμε καλά τον κιμά να αφρατέψει και να αναμιχθούν καλά τα υλικά.
- 4 Στη συνέχεια πλάθουμε-σε μπιφτέκια, ραντίζουμε με λίγο ελαιόλαδο και ψήνουμε στους 230°C στο γκριλ του φούρνου για περίπου 25 λεπτά, γυρίζοντας τα μια φορά.
- 5 Γίνονται πεντανόστιμα και πολύ αφράτα! Καλή επιτυχία!!