Bezgluten.pl

Burgery z pieczonych buraków i kaszy jaglanej

Składniki:

Składniki na 9 buraczanych burgerów:

- [ ] 1 szklanka zblendowanych buraków (pieczonych lub gotowanych)
- [ ] >1 szklanka ugotowanej kaszy jaglanej BEZGLUTEN
- [ ] ½ szklanki zblendowanych pestek dyni (lub pokruszonych)
- [ ] 1 łyżka posiekanych orzeszków pinii (niekoniecznie)
- [ ] 1 jajko lub zamiennik jajka BEZGLUTEN przygotowany zgodnie z przepisem na opakowaniu
- [ ] 2 kopiaste łyżki mąki jaglanej BEZGLUTEN
- [ ] 1-1,5 łyżeczki soli
- [ ] ½ łyżeczki pieprzu czarnego BEZGLUTEN
- [ ] 3-4 łyżki posiekanej natki pietruszki
- [ ] 2 łyżki posiekanej kolendry

Składniki dodatkowe:

- [ ] bułki hamburgerowe BEZGLUTEN (1 opakowanie to 3 szt. bułek)
- [ ] Liście sałaty
- [ ] Plastry czerwonej cebuli
- [ ] Kiełki np. brokuła
- [ ] Ketchup