



VEGABURGER



5 porties



15 min. bereiden

BEREIDING

1. Eerst quinoa afspoelen met koud water en daarna koken met 200 ml water. Net zolang koken tot al het water is opgenomen. Haal pan van het vuur en laat 5 minuten staan
2. Meng alles door elkaar en maak er mooie burgers van
3. 10 kleine of een kleiner aantal van een groter formaat
4. Laat ze in de koelkast even opstijven tot je ze gaat bakken
5. Bak ze in de olie bruin. Keer voorzichtig met een spatel

Ingrediënten

- 250 gram uitgelekte kikkererwten pureren met 1 ei
- 100 gram quinoa
- 2 bosui fijngesneden
- 50 gram Parmezaanse kaas
- 6 zongedroogde tomaatjes fijngesneden
- 1 rode paprika fijngesneden
- 2 volle tl komijn
- 2 volle tl kerrie
- 1 volle tl knoflookpoeder
- Peper en zout
- 2 el verse bieslook
- 2 tl tijm
- 1 tl cayennepeper