

BURGER DE GRÃO-DE-BICO

INGREDIENTES

- 1 xícara (chá) de grão-de-bico
- 1 cebola
- 3 dentes de alho
- 1 cenoura ralada
- 1 colher (chá) de sal
- 1 colher (café) de cominho
- 1/2 xícara (chá) de farinha de aveia
- azeite para dar liga

MODO DE PREPARO

Deixe o grão-de-bico de molho de um dia para o outro.

Troque a água e cozinhe em panela de pressão (depois que a panela pegar pressão, 20 minutos é o suficiente).

Escorra o grão-de-bico e bata no liquidificador ou no mixer com o azeite, a cebola, o sal, o alho, a cenoura e o cominho.

Despeje a massa em um recipiente e adicione a farinha de aveia aos poucos para dar liga.

Em uma forma untada com azeite, molde os burgers e leve ao forno preaquecido a 210° C, por 20 minutos.

É possível congelar também, basta moldar o burger em um plástico para não grudar e levar ao freezer. Para preparar, coloque o burger congelado mesmo, em forma untada.

Sirva com uma salada ou batatas ao forno.

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25510-burger-de-grao-de-bico.html>