

HAMBÚRGUER DE BETERRABA

INGREDIENTES

4 beterrabas médias

3 colheres (sopa) farinha de arroz

2 colheres (sopa) polvilho doce

5 dentes de alho

2 cebolas pequenas

4 colheres (sopa) cebolinha verde

3 colheres (sopa) tempero verde

3 colheres (sopa) azeite de oliva

MODO DE PREPARO

Lave as beterrabas e as cozinhe com casca, até dar uma leve amolecida.

Descasque e rale as beterrabas.

Com ajuda de um coador, escorra bem o líquido da beterraba.

Em uma frigideira, esquente o azeite.

Coloque as cebolas, o alho e a beterraba para dar uma leve dourada.

Em uma bacia, junte os ingredientes da frigideira com os demais.

Amasse bem com as mãos e forme os hambúrgueres do tamanho desejado.

Coloque os hambúrgueres para dourar na frigideira, com um fio de azeite.

Sugestão: sirva em pão de hambúrguer de mel e recheie com tomate e rúcula.

Coma com uma porção de onion rings.

Para beber, cerveja artesanal.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfáceisrapidas.com.br/receita/28371-hamburguer-de-beterraba.html>