



קל



30 דקות



6 מנות

מרכיבים

1 חבילה טחון צמחוני

3 ביצים

3 כפות פירורי לחם

2 כפות קטשופ אסם

2 כפות שמן קנולה

6 לחמניות המבורגר

6 כפות מיונז

1 בצל סגול פרוס ל-6 טבעות

1 עגבניה פרוסה ל-6 פרוסות

6 עלי חסה

1 שקית תפוחי אדמה ננסיים

4 כפות שמן זית

6 ביצי עין (אופציונלי)

המבורגר צמחוני, עסיסי וכל כך טעים, לצידו תפוחי אדמה קטנים ופריכים

הוראות הכנה

1. להכנת ההמבורגרים

מחממים תנור לחום של 180 מעלות.

2. להכנת תערובת הקציצות

בקערה גדולה מערבבים היטב יחד את הטחון מהצומח, ביצים, פירורי לחם, קטשופ, מלח ופלפל. לשים היטב עד לקבלת עיסה הומוגנית, מגלגלים ל-6 קציצות ומשטחים קלות.

3. לצלייה

מניחים על תבנית עם נייר אפייה משומנת, משמנים את הקציצות ומעבירים לתנור החם ל-7 דקות.

4.

הופכים צד ומחזירים ל-7 דקות נוספות.

5. להרכבת ההמבורגר

חוצים את הלחמנייה, מורחים במיונז, מניחים חסה, בצל ועגבנייה, מניחים מעל את ההמבורגר ובמידה ורוצים מניחים ביצת עין. מגישים לצד קרעי תפוזי א צלויים וקטשופ.

6. להכנת תפוחי האדמה

מבשלים את תפוזי א בשלמותם בהרבה מים ומלח עד לריכוך. מסננים ומצננים היטב.

7.

מחממים תנור לחום של 180 מעלות. קורעים את תפוזי א ל-4 ומועכים קלות.

8.

מעבירים לתבנית עם נייר אפייה, מתבלים בשמן זית, מלח ופלפל ומעבירים לתנור החם ל-15 דקות עד להזהבה.

המתכון של סבינה ולדמן

בדוק מתכונים נוספים ב - TIVALL.CO.IL