

## HAMBURGER VEGANO



**Chef:** Monica Copetti

**Sin gluten**

### Preparación

Per 4 persone

Scolare molto bene i ceci e metterli nel frullatore con un filo d'olio fino a ottenere un composto non troppo liquido. Trasferire in una ciotola e aggiungere tutti gli altri ingredienti. Regolare la consistenza con i fiocchi di patate. Formare l'hamburger e cuocerlo in padella antiaderente o al forno a 170°C per 15/20 minuti. Completare la presentazione dell'hamburger con foglie di insalata, pomodori mezzoro e cipolla di Tropea stufata. Accompagnare con patate prezzemolate e salsa pizzicosa Menù.

### Ingredientes Menù

30 g. Fiocchi - PC0  
400 g. Ceci lessati - Z00  
40 g. Salsa pizzicosa - VEH  
q.b. Mezzoro - XC1  
q.b. Olio extravergine di oliva - EK5

### Ingredientes

1 pizzico zenzero  
q.b. noce moscata  
q.b. erba cipollina fresca  
q.b. prezzemolo tritato  
q.b. sale e pepe  
q.b. curry  
q.b. insalata  
q.b. cipolla di Tropea stufata