

ÖSSZETEVŐK

1 csomag Garden Gourmet Sensational Burger

100 gramm bébi spenót

1 darab sárgarépa

4 darab nagy portobello gomba

1 darab avokádó

1 csipet só

1 csipet bors

2 darab sült paprika

1 csomag lucernacsíra

1/2 darab uborka

1 darab lime

1 evőkanál vegán termék joghurt helyettesítésére

1 csokor menta

Pár csepp napraforgóolaj

Szezámag



Kitalálod a vegán burgerünk titkos összetevőjét? Hagyományos buci helyett portobello gombával készül, így könnyedén beilleszthető bármilyen étrendbe.

ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

1. Süsd aranybarnára a csíkokra vágott répát

Hámozd meg a répát, majd vágd vékony csíkokra. Olajsütőben süsd aranybarnára, majd papírtörlővel itasd fel róla a felesleges olajat.

2. Készítsd elő a zöldségeket

Vágd csíkokra a sült paprikát és csepegtesd le. Hámozd meg az avokádót, szeleteld fel, majd spricceld meg lime levével.

3. Készítsd el a mártást

Aprítsd finomra az uborkát, nyomkodd ki belőle a nedvességet, majd keverd el a vegán termékkel és az apróra vágott mentával.

4. Készítsd elő a portobello gombát

Távolítsd el a portobello gomba szárát, pucold meg a gombát, majd közepes lángon, körülbelül 5 perc alatt süsd meg mindkét oldalát.

5. Készítsd el a Garden Gourmet Sensational burgert

A csomagoláson lévő útmutató szerint készítsd el a Garden Gourmet Sensational Burgereket.

6. Állítsd össze a Portobello burgert

A csíkokra vágott sült paprikát és az avokádót oszlasd el két portobello gombafejen. Halmozd rá a bébispenótot, lucernacsírárt, majd tedd rá a Sensational Burgert is. Kanalazz rá egy kis mártást, majd add hozzá a sült répát. Végül, tedd a tetejére a gombafejeket, majd szórd meg egy kis szezámaggal.

Recipe created by GARDEN GOURMET

[CHECK OUT MORE RECIPES AT GARDENGOURMET.COM](https://www.gardengourmet.com)