

Hamburger mit Bohnen-Pattie und Countrycuts (vegan)

von André Marty

Mengen für 6 Personen

Vegane Pattie alternative

Quelle: <https://cookidoo.de/recipes/recipe/de/r93149>

465 g rote Bohnen	In einer großen Schüssel die abgetropften Kidneybohnen mit einer Gabel zerdrücken. (Es können ruhig noch ein paar ganz kleine Stückchen in der Masse sein.)
* 30 g Petersilie, frische	Alle restlichen Zutaten zu den zerkleinerten Bohnen zufügen.
3.0 Stück Knoblauchzehen	
1.8 Stück Zwiebeln	
75 g Haferflocken	
6 ml Sambal Oelek	1 - 3 TL
3.0 g Senf	5TL
0.6 g Paprika	ca. 2 TL
* 15 Prise Salz	
0.6 g Pfeffer	Den Teig für ein paar Stunden in den Kühlschrank stellen. (Schüssel abdecken oder die Masse in Folie einwickeln) Du kannst ihn auch über Nacht im Kühlschrank lassen. Wenn die Masse gut durchgekühlt ist, lässt sie sich besser formen und braten.
1.2 cl Rapsöl	Patties braten: Aus der gut durchgekühlten Masse 5 Burger Patties formen. Jeweils ca. 90 g ca. 8 cm Durchmesser In einer Pfanne reichlich Öl erhitzen. Das Öl schön heiß werden lassen. Dann den Herd auf kleine Hitze runterstellen. Die Bohnenpatties in das heiße Öl geben. Bei kleiner Hitze die erste Seite 10 Minuten braten. Dann wenden und die zweite Seite bei kleiner Hitze weitere 10 Minuten braten. (Kleine Hitze! So werden die Patties innen gar und außen schön braun.)
60 g Tomaten	
60 g Zwiebel	
60 g Gurken	
60 g Essiggurken	
0.6 Stück Salat	
6.0 Stück Hamburger-Brötli	
840 g Kartoffeln festkochend	Schälen, mit Öl, Paprika, Salz und Pfeffer mischen. Im Backofen backen bei ca. 180°
12 g Paprika	
90 g Ketchup	
0.6 Tube(265g) Mayonnaise	

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g