TAJEMNICZY, ORIENTALNY SENSATIONAL BURGER

2 PORCJE | 1 H. 13 MIN | ŚREDNI

SKŁADNIKI

1 opakowanie Garden Gourmet Sensational Burger

1 garść sałaty mizuna, roszponki lub szpinaku

4 rzodkiewki

1 limonka

2 łyżki majonezu

1 łyżeczka wasabi

100 g grzybów shii-take

1 dojrzałe awokado

2 łyżki mąki

100 ml mleka

1 duża czerwona cebula

2 bułki do czarnych burgerów lub zwykłe bułki

2 łyżki sosu teriyaki

200 ml oleju słonecznikowego

2 kępki kiełków fasoli (opcjonalnie)

450 g drożdży (do bułek do burgerów)

1 jajko (do bułek do burgerów)

25 g masła (do bułek do burgerów)

15 g węgla drzewnego w proszku (do bułek do burgerów)

300 ml ciepłej wody (do bułek do burgerów)

15 g nasion sezamu (do bułek do burgerów)

To tajemniczy przepis wegetariański na burgera, przygotowany z naszego soczystego roślinnego Garden Gourmet Sensational Burger. Spróbuj, jak smakuje połączenie świeżo wypiekanego pieczywa z chrupiącymi warzywami i wegańskim mięsem, które do złudzenia przypomina swój oryginał.

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

1. Zrób bułeczki (opcjonalnie)

Do przygotowania 7 bułeczek hamburgerowych będziesz potrzebować: 1 opakowanie białego pieczywa z drożdżami (450 g), 10 g węgla aktywnego w proszku, 25 g masła, 300 ml letniej wody, 1 jajko, nasiona sezamu i/lub mak. Rozgrzej piekarnik do 200°C. Wmieszaj sproszkowany węgiel drzewny do mieszanki chlebowej, dodaj wodę i masło. Wyrób ciasto i pozostaw do wyrośnięcia zgodnie z instrukcjami na opakowaniu. Podziel ciasto na 7 równych części i uformuj z nich kulki. Umieść je na blaszce do pieczenia. Kulki posmaruj wodą lub lekko roztrzepanym jajkiem, a następnie posyp sezamem i/lub makiem. Pozostaw do ponownego wyrośnięcia do podwojenia objętości. Piecz przez około 15 do 20 minut. Wyciągnij z piekarnika, kiedy staną się mocno złociste.

2. Pokrój warzywa i przygotuj sos wasabi-mayo

Pokrój rzodkiewki w cienkie plastry, a następnie zamarynuj w soku z limonki i soli. Wymieszaj wasabi z majonezem. Pokrój grzyby shii-take na średniej wielkości kawałki. Dzięki nim całe danie wegetariańskie będzie wyjątkowo aromatyczne.

3. Przygotuj guacamole i obtocz surowe krążki cebuli w cieście

Pokrój miąższ awokado w plastry i skrop go sokiem z limonki. Całość dokładnie wymieszaj. Połącz mąkę z mlekiem i dodaj do niej surowe krążki cebuli. Obtocz krążki cebuli tak, aby pokryły się ciastem ze wszystkich stron.

4. Opiecz bułki i usmaż shii-take

Opiecz połówki bułek na patelni (grillowej). Usmaż shii-takes na odrobinie oleju na dużym ogniu, a następnie skrop sosem teriyaki. Odstaw na bok. Zabezpiecz tak, aby nie ostygły.

5. Usmaż krążki cebuli

Usmaż krążki cebuli na złoty kolor na dużej ilości oleju słonecznikowego. Odsącz je na papierze kuchennym. Na koniec posól, dzięki czemu burger wegański będzie doskonale smakował.

6. Przygotuj rewelacyjne burgery

Usmaż burgery Garden Gourmet Sensational Burger na patelni zgodnie z instrukcjami na opakowaniu. Alternatywnie burger roślinny świetnie smakuje także przygotowany w piekarniku lub frytkownicy beztłuszczowej.

7. Złóż swojego tajemniczego burgera i zaskocz wszystkich!

Posmaruj bułki majonezem wasabi. Połóż na nich sałatę. Kolejna warstwa to gorący burger bez mięsa, a następnie awokado, shii-takes, kiełki fasoli, rzodkiewki i ponownie majonez wasabi. Całość przykryj drugą połówką bułki i przepyszne danie wegetariańskie na obiad jest już gotowe. Smacznego!

SPRAWDŹ WIĘCEJ PRZEPISÓW NA WWW.GARDENGOURMET.PL