

AMARANT BURGER

INGREDIENTS (2 persones)

- . 150 g de amarant cuit
- . 100 g de patates
- . 25 g de pebrot italià
- . 5 g d'all
- . 50 g de ceba blanca
- . 20 g de midó de blat de moro (maizena)
- . 20 g de ruca
- . 20 g de tomàquets secs
- . Parmesà
- . Sal / Pebre
- . Oli d'Oliva verge extra
- . Alfàbrega fresca al gust

ELABORACIÓ

1. Cuinar l'amarant duplicant el seu volum en líquid en una olla tapada per aproximadament 15-20 minuts. L'amarant ha d'absorbir tot el líquid i estar esponjós i cuit.
2. Cuinar la patata sencera amb pell i una mica de sal.
3. Picar la ceba, el pebrot italià finament i reservar.
4. Tallar les fulles d'alfàbrega i reservar.
5. En un paella sofregir la ceba i el pebrot, per últim afegir l'all, deixar uns minuts, retirar del foc i reservar.
6. En un recipient barrejar la patata, l'amarant, el sofregit i l'alfàbrega.
7. Per últim afegir el midó de blat de moro, barrejar bé i formar les hamburgueses.
8. Pintar les hamburgueses amb una mica d'oli d'oliva per ambdós costats i daurar uns minuts per cada costat en una paella calenta. Servir.

OBSERVACIONS

NOTES:
