

Vegane Burger-Patties

Zutaten

| Menge | Einheit | Bezeichnung |
|-------|---------|----------------------------|
| 80 | g | texturiertes Soja-Granulat |
| 80 | g | Kidneybohnen |
| 3 | EL | Öl |
| 1 | EL | Ahornsirup |
| 2 | EL | Tomatenmark |
| 1 | EL | Sojasauce |
| 1/2 | TL | Kreuzkümmel |
| 1/4 | TL | Paprikapulver, geräuchert |
| 1/4 | TL | Chilipulver |
| 1/4 | TL | Knoblauchpulver |
| 1/4 | TL | Zwieelpulver |
| 1/4 | TL | Oregano, gerebelt |
| 1/8 | TL | Flüssigrauch |
| 60 | g | Wasser |
| 80 | g | Saitanpulver |

Portionen: 4

Zubereitung

Texturiertes Soja-Granulat mit kochendem Wasser überbrühen und ca. 10 Minuten quellen lassen, anschließend überschüssige Flüssigkeit in einem Sieb ausdrücken und zusammen mit den Kidneybohnen wolfen.

Alle weiteren Zutaten bis auf das Saitanpulver zugeben und zu einer homogenen Masse verrühren. Saitanpulver hinzufügen und solange kneten bis die Masse abbindet.

Teigmenge dritteln und Patties formen. Patties auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech platzieren und mit einem zweiten Backblech abdecken. Bei 150°C Umluft für 2h im Backofen vorgaren. Vor der weiteren Verwendung mind. 10 Minuten abkühlen lassen. Patties mit Öl bestreichen und in einer Pfanne oder auf dem Grill von beiden Seiten goldbraun braten oder grillen.

Burger, vegan

From:
<https://www.matthias.moorkamp.info/> - Swap Space

Permanent link:
https://www.matthias.moorkamp.info/rezepte:hauptgerichte:vegane_burger-patties?rev=1696179696

Last update: 2023/10/01 19:01

