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, gemahlen
1/4	TL	Paprikapulver, geräuchert
1/4	TL	Chilipulver
1/4	TL	Knoblauchpulver
1/4	TL	Zwiebelpulver
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 Seitanpulver zugeben und zu einer homogenen Masse verrühren. Seitanpulver hinzufügen und solange kneten bis die Masse abbindet.

Teigmenge dritteln und Patties formen. Patties einzeln in Backpapier einschlagen und mit Alufolie umwickeln. Im Dämpfeinsatz ca. 1 Stunde über siedendem Wasser dämpfen. 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=1697056638

Last update: **2023/10/11 22:37**