



Hambúrguer de lentilhas



Categoria
Vegetariano



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Fácil



Custo
"



Com quem?
Com a família



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes

Q.b. de Gallo Pimenta Extra Forte

15ml de Gallo Vinagre de Sidra Bio

Q.b. de Azeite Virgem Extra Clássico

- 300gr Lentilhas (castanhas) cozidas
- 100gr Cogumelos frescos laminados
- 1 Cebola em rodelas finas
- 1colh. Sopa Linhaça
- 2colh. Sopa Coentros picados
- 1colh. Chá Caril
- Qb Sal
- Qb Pimenta Preta

Modo de preparação

1

Triturar as lentilhas num processador ou com a varinha mágica, deixando algumas inteiras.

2

Refogar a cebola em Azeite Virgem Extra Clássico Gallo até ficar dourada, acrescente o Vinagre de Sidra BIO Gallo e depois juntar os cogumelos e saltear.

3

Juntar as lentilhas, os coentros, a linhaça e os temperos envolvendo bem. Reservar e deixar arrefecer.

4

Dividir em pequenos hambúrgueres (se necessitar polvilhe com farinha) e fritar de ambos lados numa frigideira com azeite.

5

Servir num pão de sementes, folhas de espinafre, cenoura ralada e molho de maionese com açafrão.

Produtos utilizados



Extra Forte
Piri-Piri com Azeite



Sidra Bio
Vinagre de Sidra



Clássico
Azeite Virgem Extra

Veja também

 Vegetariano  Médio  Fácil

Bowl de espinafres e couves de bruxelas

 Vegetariano  Médio  Fácil

Beringela grelhada com queijo feta e ervas

 Vegetariano  Médio  Médio

Abóbora no forno recheada com grão e cuscuz

 Vegetariano  Médio  Fácil

Strudel de legumes de inverno

 Vegetariano  Médio  Médio

Tomate assado com beringela e burrata



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide