

HAMBÚRGUER VEGANO DE FEIJÃO PRETO

INGREDIENTES

1 xícara de feijão preto cru
1/3 xícara de cebola picada
2 dentes de alhos amassado ou picado
1 colher (sopa) de orégano
2 colheres (sopa) de óleo
1/2 xícara de salsinha picada
1 colher (sopa) de suco de limão
sal e pimenta a gosto
1/3 xícara de aveia em flocos finos
1/3 xícara de farinha de trigo ou 1/2 xícara de farinha de arroz

MODO DE PREPARO

Cozinhe o feijão como de costume e reserve sem o caldo
Amasse ou leve para o processador
Junte os demais ingredientes, exceto a farinha
Adicione a aveia e a farinha, acerte no sal
Misture bem e caso precisar de mais farinha, coloque aos poucos
Reserve a massa na geladeira por 4 horas
Modele os hambúrgueres e frite com fogo médio em uma frigideira antiaderente com um fio de óleo
Aguarde ficar dourados em ambos os lados

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://areceitadavez.com.br/receita/9713-hamburguer-vegano-de-feijao-preto.html>