

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

©2024 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

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