BURGER VÉGAN AÏOLI ET PELURES DE POMMES DE TERRE

INGRÉDIENTS

4 PORTIONS | 55 MIN | INTERMÉDIAIRE

2 paquets de Sensational Burger Garden Gourmet

100 ml d'eau de pois chiche

2 cuillères à café de moutarde

1 cuillère à soupe de jus de citron

600 g de pommes de terre

1 poivron rouge

1/2 courgette

1 oignon rouge

1/2 aubergine

3 tomates

sel et poivre

3 gousses d'ail

1 cuillère à soupe de romarin

1 cuillère à soupe de thym

1 feuille de laitue (facultatif)

Huile de tournesol

Tu es à la recherche d'une recette de burger végans?
Grâce à elle, donne également une seconde vie à tes restes!

PRÉPARATION

1. Préparation de l'aïoli

Dans un bol, mélange le liquide des pois chiche (60 ml) avec le jus d'un demi-citron, deux gousses d'ail finement hachées et 1 cuillère à café de moutarde.
Hache / fouette avec un fouet à main ou un batteur électrique jusqu'à ce que le mélange soit mousseux.
Ajoute l'huile (250 ml) tout en mélangeant jusqu'à formation d'une mayonnaise. Plus tu ajoutes d'huile, plus elle sera épaisse.
Assaisonne au goût avec du sel et du poivre.
Les restes de pois chiches peuvent être conservés au réfrigérateur pendant au moins 2 jours.
Tu peux les utiliser pour préparer et congeler du houmous ou les utiliser dans une salade, par ex. avec de la betterave cuite, des câpres, de l'aneth et des boulettes de légumes Garden gourmet ou des morceaux de filet grillés.

2. Préparation des pommes de terre

Prépare ensuite les pelures de pommes de terre.
Préchauffe le four à 180 ° C.
Coupe le haut et le bas des pommes de terre et épluche-les bien. Garde les pommes de terre pelées dans l'eau pour une utilisation ultérieure (maximum 2 jours).
Lave soigneusement la pelure de pomme de terre et laisse-la reposer un peu dans l'eau.
Égoutte et sèche bien. Chauffe une couche d'huile de tournesol de 1 cm d'épaisseur dans une grande poêle à feu vif.
Fais frire les pelures de pommes de terre jusqu'à ce qu'elles soient croustillantes et dorées.
Mets les pelures sur du papier absorbant.
Étale sur une plaque à pâtisserie, saupoudre d'un peu de thym et de romarin et enfourne encore 5 à 8 minutes. Saupoudre de sel après la cuisson.

3. Préparation la ratatouille

Pour la ratatouille, coupez les poivrons, courgettes, aubergines, poivrons rouges (sans graines), oignons rouges et tomates en petits cubes.
Fais frire les légumes coupés en dés dans un peu d'huile pendant environ 5 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien cuits.
Au dernier moment, ajoute la tomate et assaisonne avec du sel, du poivre et un peu de thym et de romarin.

4. Cuisson du Garden Gourmet Sensational Burger!

Fais cuire le hamburger selon les instructions sur l'emballage.
Tu peux également mettre une feuille de laitue sous le burger. Assemble tout et savoure cette recette vegan!

DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR