

Kochen

Sven Bach

Montag, 12.06.2023

Burger-Patties aus Kidneybohnen

Für 2 Personen

Zutaten

2 Zehen Knoblauch

1 Zwiebel

35 g Haferflocken

1 kleine Dose / Glas Kidneybohnen

1 TL Senf, mittelscharf

½ TL Majoran

Prise Salz und Pfeffer

1 EL Rapsöl

Zubereitung

1. Knoblauch, Zwiebel, Haferflocken, Kidneybohne, Senf, Majoran, Salz und Pfeffer fein pürieren.
2. Alles 1 Stunde quellen lassen. Danach 2 Patties aus der Masse formen.
3. Das Rapsöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die 2 Patties gold-gelb anbraten.