Red Bean Patties

Zutaten

Menge	Einheit	Bezeichnung
2	Dosen (400 g)	Kidney-Bohnen
1		Zwiebel
1,5		Möhren
1/2		Paprika, rot
1/10		Knollensellerie
4	TL	Olivenöl
2	Handvoll	Nüsse
2		Knoblauchzehen
1	EL	Tomatenmark
3	EL	Mayonaise
1	TL	Sambal Oelek
1	TL	Magic Dust
1	TL	Paprikapulver, geräuchert
180	ml	Pankomehl
		Salz, Pfeffer

Portionen: 8

Zubereitung

Kidneybohnen in einen Durchschlag geben und abtropfen lassen. Auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech ausbreiten und bei 200°C Umluft für ca. 15 Minuten backen bis die Bohnen erste Röstpuren aufweisen. Anschließend auskühlen lassen.

Nüsse grob hacken. Zwiebel und Paprika grob würfeln. Möhren und Knollensellerie grob reiben. Zwiebel und Gemüse mit 3 TL Olivenöl verrühren und zusammen mit den gehackten Nüssen ebenfalls auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech ausbreiten und ca. 15 Minuten bei 200°C Umluft backen bis sich erste Röstspuren zeigen.
Zwischenzeitlich den Knoblauch pressen, mit 1 TL Olivenöl verrühren und zusammen mit dem Tomatenmark zum Röstgemüse geben und alles bei 200°C Umluft noch ca. 5 Minuten weiterrösten. Anschließend auskühlen lassen.

Alle gerösteten Zutaten wolfen. Ei mit Mayonaise, Sambal Oelek und den Gewürzen verquirlen und gemeinsam mit dem Panko-Mehl unter die gewolften Zutaten heben.

8 Patties formen und in einer Pfanne bei moderater Hitze ca. 5 Minuten pro Seite braten.

Burger, vegetarisch, Bohnen

From:
https://matthias.moorkamp.info/ - **Swap Space**

Permanent link:
https://matthias.moorkamp.info/rezepte:hauptgerichte:red_bean_patties

Last update: **2023/10/11 20:09**