Wegański burger

Ten wegański burger z opiekacza do panini to idealna propozycja dla wszystkich, którzy szukają szybkiego, ale jednocześnie smacznego i zdrowego posiłku.

Ilość porcji: 2

Czas przygotowania: 15

Składniki

- • 2 bułki wegańskie do burgerów
- • 2 wegańskie kotlety burgerowe można użyć gotowych z ulubionej marki lub zrobić własne z ciecierzycy, fasoli, czy soczewicy
- • Plastry wegańskiego sera opcjonalnie
- • Kilka liści sałaty
- • Plastry pomidora
- • Plastry cebuli
- • Sos wegański np. wegański majonez, ketchup, musztarda, czy sos BBQ
- • Opcjonalnie ogórki konserwowe, awokado, pieczarki
- •

Wykonanie:

1. Przygotowanie składników
• Jeśli przygotowujesz własne kotlety, zmiksuj wybrane składniki np. ciecierzycę lub fasolę z przyprawami i uformuj z nich kotlety.
• Przygotuj pozostałe dodatki umyj sałatę i pomidory, pokrój pomidory, cebulę i ewentualnie awokado w plastry.
2. Grillowanie kotletów
• Rozgrzej opiekacz do panini. Gdy będzie ciepły, umieść na nim wegańskie kotlety.
• Grilluj kotlety zgodnie z instrukcjami na opakowaniu lub, jeśli są domowej roboty, przez około 3-5 minut z każdej strony, aż będą dobrze przegrzane i z zewnątrz chrupiące.
• Jeśli używasz wegańskiego sera, połóż go na kotletach na ostatnie 1-2 minuty grillowania, aby się roztopił.
3. Przygotowanie bułek
• Bułki przekrój na pół i lekko opiecz w opiekaczu do panini lub na patelni, aby były lekko chrupiące.
4. Składanie burgerów
• Na dolną połówkę bułki nałóż trochę wegańskiego sosu.
• Następnie dodaj liście sałaty, plastry pomidora, cebuli i ewentualnie awokado.
• Na warzywa połóż grillowanego kotleta z serem.
• Dodaj dodatki według uznania, takie jak ogórki konserwowe lub pieczarki.
• Przykryj górną połówką bułki.
5. Podawanie
• Wegańskiego burgera podawaj natychmiast po przygotowaniu, najlepiej z dodatkiem pieczonych frytek z batatów lub świeżej sałatki.

© Breville