



Traditionele Burger

Een heerlijke hamburger met Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur

Bereiding

1. Haal het vlees uit de koelkast. Snij de ui fijn en bak hem goudbruin. Meng de ui onder het vlees en voeg de geplette knoflook en alle andere kruiden toe. Kruid af met citroensap, zout, peper en worcestersaus.
2. Kneed het vlees en maak er 4 hamburgers van. Laat de hamburger 30 minuten in de koelkast afkoelen. Meng het Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur met de lightmayonaise, de ketchup en de ras el hanout. Kruid af met zout en peper. Dit is de dressing.
3. Gril de hamburgers 8 tot 9 minuten, tot ze bruin zijn. Bak de broodjes kort af in de oven, zodat ze lekker knapperig worden.
4. Maak nu de hamburgers. Smeer op elk broodje wat dressing en leg er wat sla, avocadoreepjes en een stukje tomaat op. Leg de hamburger op de sla en druppel er nog een eetlepel van de dressing over. Werk af met een paar takjes koriander. Dien meteen op.



4 porties



25min



Ingrediënten

- Burgers:
- 400 g mager rundergehakt
- 1 middelgrote ui
- 1 teentje knoflook, geplet
- 1 eetlepel garam masala
- 1 eetlepel ras el hanout
- 1 eetlepel kerriepoeder
- 1,5 eetlepel worcestersaus
- citroen
- peper
- versgemalen zeezout
- 4 broodjes (volkoren)

- 2 tomaten
- 2 avocado's
- 1/4 krop ijsbergsla
- verse koriander
- Dressing:
- 6 eetlepels Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur
- 2 eetlepels lightmayonaise zonder eieren
- 1 eetlepel ketchup
- 1 theelepel ras el hanout
- peper
- zout

Bereid met

Natuur

