



Quinoa Burgers

Super smaakvolle quinoa burgers met Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur

Bereiding

1. Kook de quinoa zoals de bereidingswijze op de verpakking aangeeft en laat het koelen.
2. Was de spinazie en snijd het in groffe stukken. Verwarm de spinazie en dep deze tussen wat keukenpapier om het overtollige vocht eruit te halen. Snijd de knoflook, uien en bieslook. Mix vervolgens de quinoa, spinazie, geklopte eieren, bieslook, uien, parmezaanse kaas, paneermeel, zout en peper in een kom totdat het goed gemixt is. Als het mengsel te vochtig is, voeg dan nog wat paneermeel toe.
3. Vorm 12 gelijke burgers van het mengsel. Leg deze, op een bord, ten minste 15 minuten in de koelkast. Bak vervolgens de quinoa burgers op middelhoog vuur totdat beide kanten goudbruin zijn (ongeveer 6-8 min).
4. Mix voor de dressing, de Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur met de mayonaise en limoensap. Breng op smaak met nog wat zout en peper. Serveer de burger met salade en dressing: Yummy!



4 porties



1u



Ingrediënten

- 200 gr quinoa
- 100 gr verse spinazie
- 1 kleine ui
- 2 teentjes knoflook
- ½ ijsberg sla
- een paar stengsels bieslook
- 50 g paneermeel
- 2 eetlepels parmezaanse kaas
- 2 eieren
- Versgemalen peper en zout
- 4 eetlepels Alpro plantaardig alternatief voor yoghurt Natuur
- 2 eetlepels mayonaise
- Sap van 1 limoen

Bereid met

Natuur

