



## VEGANE LINSENBURGER

Vorbereitungszeit: 15 minuten | Gesamtzeit: 40 minuten | Portionen: 10

### Zutaten:

- 1 kg ganze rote Linsen, gekocht
- 70 g Süßkartoffeln, in Würfel geschnitten, trocken geröstet und püriert
- 65 g gewöhnliches Mehl
- 500 g braune Champignons, geröstet und gehackt
- 70 g Miso-Nudeln
- 1 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 TL getrocknetes Oregano
- 1 TL schwarzer Pfeffer, feingemahlen
- 70 g gepresster Knoblauch
- 2 EL (30 ml) Zitronensaft

### Zubereitung:

1. Geben Sie Linsen, Süßkartoffel und Mehl in eine Küchenmaschine. Das Ganze 10-15 Mal an- und ausschalten, um die Linsen aufzubrechen und das Mehl unterzumischen.
2. Geben Sie dann die Mischung in eine Schüssel und fügen Sie Pilze, Miso-Nudeln, Paprika, Oregano, Pfeffer, Knoblauch und Zitronensaft hinzu. Bereiten Sie mit Ihren Händen eine Masse zu, in die alle Zutaten gleichmäßig eingearbeitet sind. Achten Sie darauf, dass Sie nicht die gesamte Linsenstruktur zerstören. Wenn der Teig noch etwas feucht ist, fügen Sie bei Bedarf mehr Mehl hinzu als nötig. Lassen Sie die Mischung 15-20 Minuten ruhen.
3. Rollen Sie die Mischung in Bällchen und formen Sie Burger.
4. Braten Sie die Burger in kleinen Mengen Öl nach Wahl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze.
5. Braten Sie die Burger 3-5 Minuten auf der einen Seite, bis sie schön braun und kross sind. Wenden Sie die Burger und braten Sie sie noch 3 Minuten. Achten Sie darauf, dass in der Pfanne Fett vorhanden ist, allerdings nicht zu viel.