



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'in lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.in.ilezzetler.com)

FASULYE BURGER

Malzeme:

500 gr taze fasulye

1 adet soğan

2 diş sarımsak

1 adet kırmızı biber

1 çorba kaşığı kimyon

1 adet kabak

1 adet havuç

1/2 su bardağı ekmek

2 çorba kaşığı Bizim Ayçiçek Yağı

Tuz

Karabiber

5-6 yaprak marul

200 gr kırmızı pancar

2 adet domates

Birkaç dal semizotu

2 çorba kaşığı Bizim Mutfak Mayonez

4 adet sandviç ekmeği

Taze fasulyeleri temizleyip küçük küçük doğradıktan sonra yumuşayınca kadar suda haşlayın. Soğanı soyup kıyın, sarımsakları temizleyip havanda ezin. Kırmızıbiberi temizleyip zar şeklinde doğrayın. Kabak ve havucun kabuklarını kazıyıp irice rendeleyin ve fazla suyunu çıkarmak için avucunuzun içinde sıkın. Haşlanıp süzülmüş fasulyeleri derin bir kaba aktarın çatal yardımıyla iyice ezin. Kızartma tavaını yağlayın ve içine soğan, sarımsaklar ve biberleri yumuşayınca kadar birkaç dakika pişirin. Ocaktan alın. Karışım soğuyunca kimyon, rendelenmiş sebzeler ve ufalanmış ekmek kırıntılarını ilave edin. Tüm malzemeyi karıştırın. Sonra hazırladığınız karışımı dört parçaya bölün ve her parçayı sandviç ekmeğinin büyüklüğünde köfte haline getirin. Köfteleri düz bir tabağa yayıp üzerini streç bir folyo ile kapatın. Buzlukta 20 dakika bekletin. Yapışmaz yüzeyli bir kızartma tavaında ayçiçek yağını ısıtın. Fasulye köftelerinin her iki tarafını iyice kızartın. Sandviç ekmeğini enlemesine ikiye kesin. Ekmeklerin iç kısımlarını ızgarada kızartın. Sandviçlerin yarısına salata yaprakları, dilimlenmiş kırmızı pancar, dilimlenmiş domates, marul yaprakları ve semizotu yerleştirin. Fasulye köftesini yeşilliğin üzerine yerleştirin. İsteğe göre mayonez eşliğinde servis yapın.



Fotoğraf "vildan keleş" tarafından gönderildi. 06.03.2016

