




## Burgery z fasoli adzuki z pistacjami (bezglutenowe)

 Nikita

Polecane na: [danie główne](#), [lunchbox](#), [przystawki i przekąski](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

### Warto wiedzieć:

 20 min

 1 porcja

### Składniki:

fasolka adzuki - 300 g  
bazylija świeża - - kilka listków  
pistacje - 2 łyżka  
bułka tarta bezglutenowe - 4-5 łyżka

sól - - do smaku  
pieprz świeżo mielony - - szczypta  
oliwa - - trochę

### Dodatkowe info:

Do czasu przygotowania należy doliczyć czas chłodzenia masy.

### Sposób przygotowania:

**KROK 1:** Fasolkę uprzednio namoczyć, najlepiej na całą noc. Do malaksera (blendera) włożyć liście bazylii, pistacje i rozdrobnić. Dodać ugotowaną fasolę adzuki, sól, pieprz i 3 łyżki buki tartej. Zmiksować razem. Przełożyć masę do miski i odstawić do lodówki na około 30 minut, aby masa trochę stężała (łatwiej będzie formować burgery).

**KROK 2:** Dłońmi lekko natłuszczonymi oliwą uformować z masy burgery o średnicy około 6-8 cm i delikatnie oprószyć je bułką tartą. Rozgrzać patelnię z powłoką nieprzywierającą, posmarować ją oliwą z oliwek i smażyć burgery z każdej strony na rozgrzanej patelni na średnim ogniu na złoty kolor, obracając je delikatnie szpatułką.

**KROK 3:** Podawać jako samodzielne danie z sosem czosnkowym lub jogurtowo-bazyliowym (lub szczypiorkowym), jako dodatek do drugiego dania lub z bułką i warzywami.