

# SENSATIONAL BURGER CON HUMMUS DI PISELLI

## INGREDIENTI

1 confezione di Garden Gourmet Sensational Burger

1 caspo di lattuga baby

1 zucchina

2 panini per burger verdi (vedi ricetta), oppure quelli tradizionali

1 cipolla rossa

4 fette di pecorino, tagliate spesse

2 cucchiaini di hummus di piselli (vedi ricetta) o hummus pronto con erbe

2 cucchiaini di maionese

2 cucchiaini di ketchup

## I CONSIGLI DELLO CHEF

### Hummus di piselli

Sbollentare 150g di pisellini surgelati in acqua bollente, sciacquaterli sotto l'acqua e versaterli in un frullatore. Unire 100g di ceci, 1 cucchiaino di yogurt, 1 spicchio di aglio se piace, qualche fogliolina di menta a un filo di olio di oliva. Condite con sale e pepe e frullate fino ad ottenere una crema morbida.

### Incredibili panini alle alghe verdi

Per 7 panini per hamburger avremo bisogno di: 450g di farina autolievitante, 6g di alga spirulina in polvere, 25 g di burro, 300ml di acqua tiepida, 1 uovo, semi di sesamo e/o semi di papavero. Preriscaldare il forno a 200 °C. Mescolare la polvere di spirulina nella farina e aggiungere acqua e burro. Impastate e lasciate lievitare fino al raddoppio dell'impasto. Dividete l'impasto in 7 pezzi uguali e formate delle palline. Disporle con la chiusura rivolta verso il basso su una teglia infarinata.

 2 PORZIONI

 30 MIN

 INTERMEDIO

Sorprendete i vostri ospiti con il nostro burger verde vegetariano realizzato con il Sensational Burger Garden Gourmet! Il panino è ricco di sapori che faranno innamorare tutti i palati!

## MODALITÀ DI PREPARAZIONE

### 1. Preparate le zucchine

Tagliare le zucchine a strisce larghe e sottili e grigliarle in una padella antiaderente. Tenere da parte al caldo.

### 2. Preparate le cipolle

Affettare le cipolle ad anelli e dorarle in una padella con un filo di olio, poi tenere anche queste da parte.

### 3. Cuocete i Sensational Burgers

Cuocere i due Sensational Burger Garden Gourmet in una padella secondo le istruzioni sulla confezione.

### 4. Componete i vostri panini

Spalmare l'hummus di piselli su una metà del pane, aggiungere le zucchine grigliate, il Sensational Burger e 2 fette di pecorino per panino.

### 5. Aggiungete gli anelli di cipolla e condite a piacere

Aggiungere gli anelli di cipolla e completare con la lattuga e le altre due metà di pane condite con un po' di maionese e ketchup.

**SCOPRI ALTRE RICETTE SU  
[WWW.GARDENGOURMET.IT](http://WWW.GARDENGOURMET.IT)**

Spennellateli con acqua o uovo  
leggermente sbattuto e  
cospargete con semi di sesamo  
e/o semi di papavero. Lasciarli  
lievitare ancora, fino al raddoppio  
del volume. Infornarli per circa  
15/20 minuti.

[Garden Gourmet Italy](#) > [Ricette](#) > [Sensational Burger con hummus di piselli](#)