

## Hamburguesa de alubia blanca

### Ingredientes

#### para seis hamburguesas

- 400 gr de alubia blanca cocida
- 60 gr de zanahorias
- 60 gr de calabacín
- 20 gr de cebolla
- 1 chorrito de leche
- 1 huevo
- 100 gr de pan rallado
- 2 rebanadas de pan de molde
- aceite de oliva
- lechuga variada
- 2 tomates
- sal



### Preparación hamburguesa de alubias. (30 minutos.)

Pelamos y cortamos las zanahorias y el calabacín. Cortamos la cebolla e introducimos todos los ingredientes en el vaso de la batidora. Trituramos y añadimos el resto, la alubia escurrida, la leche, el huevo, el pan rallado y el pan de molde. Volvemos a triturar hasta que se integren todos los ingredientes y formamos una masa. Dejamos reposar la masa 30 minutos en la nevera. Precaentamos nuestro horno a 200°.

Sacamos la masa, nos untamos las manos con unas gotas de aceite y damos forma a nuestras hamburguesas. Colocamos un papel de horno en la bandeja y pincelamos con aceite de oliva virgen para que la masa no se pegue. Horneamos durante 8 o 10 minutos. Les damos la vuelta a mitad de tiempo. Deben quedar doraditas por fuera y jugosas por dentro.

La segunda temporada tiene 6 recetas más

Descúbrelas en [www.chefpepo.com](http://www.chefpepo.com)