



Plats d'accompagnement

Petits hamburgers de pois chiches

Pour 8 personnes.

Ingrédients

310 grammes pois chiches
1/2 oignon (haché gros)
1 gousse d'ail
2 cuillères à soupe de pâte de curry (rouge)
2 cuillères à soupe de coriandre (hachée)
2 cuillères à soupe de persil (haché)
2 cuillères à soupe de jus de citron
3 cuillères à soupe de farine d'avoine
3 cuillères à soupe de chapelure
huile d'olive
poivre
sel

Méthode de préparation

Rincez les pois chiches. Mettez-les dans un blender avec l'oignon, l'ail, la pâte de curry, un peu de jus de citron et un filet d'huile d'olive et mixez le tout en un mélange onctueux.

Versez le mélange dans un plat et ajoutez le persil, la coriandre, la farine d'avoine et éventuellement encore un peu de poivre et sel. Faites des boulettes avec le mélange, aplatissez-les un peu puis passez-les dans la chapelure.

Ustensiles de cuisine

Mélangeur

