

Pratos Principais | Hambúrgueres

# Tapas de Sensational Burger

20 min. | Fácil | Económico | 4 doses

## Ingredientes

1 embalagem de Garden Gourmet Hambúrguer Vegetariano
2 fatias de pão estilo bolo do caco
2 pepinos pequenos
1 beterraba cozida
2 c. de sopa de maionese vegan
folhas de agrião q.b.
ervas aromáticas q.b.: salsa, endro, estragão

## Informação nutricional

| | | |
|---|---|---|
| **Energia** | 165,7 kcal | 8%* |
| **Proteínas** | 13,4 g | 27%* |
| **Lípidos** | 7,1 g | 10%* |
| **Hidratos de Carbono** | 10,3 g | 4%* |

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

## Preparação

1. Torrar as fatias de pão, de forma a ficarem levemente douradas.
2. Misturar a maionese vegan com as de ervas aromáticas a gosto.
3. Cortar a beterraba e os pepinos em rodelas e temperar com pimenta e sal a gosto.
4. Assar ou grelhar os Sensational Burger GARDEN GOURMET, seguindo as instruções da embalagem.
5. Barrar as torradas com a maionese preparada anteriormente e de seguida colocar os hambúrgueres por cima. Cortar ao meio cada torrada.
6. Finalizar as metades com rodelas de beterraba e pepino e algumas folhas de agrião. Está pronto a servir!