



Pratos Principais Hambúrgueres

## Sensational Burger para o Dia da Mãe

15 min.

Fácil

Económico

1 doses

### Ingredientes

1 embalagem de Garden Gourmet Hambúguer Vegetariano  
4 morangos  
ervilhas q.b.  
folhas de alface q.b.  
cenouras q.b.  
tomate cherry q.b.

### Informação nutricional

<b>Energia</b>	563,4 kcal	28%*
<b>Proteínas</b>	50,7 g	101%*
<b>Lípidos</b>	25,5 g	36%*
<b>Hidratos de Carbono</b>	26,3 g	10%*

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

### Preparação

- 1 Para formar a cara, confeccionar o Sensational Burger GARDEN GOURMET conforme indicado na embalagem.
- 2 Para fazer a saia, cortar 1 ou 2 morangos em rodelas. Para as mangas, cortar 1 morango ao meio e de seguida cortar as partes pontiagudas (fim do morango). Para completar o vestido, cortar outro morango ao meio e usar uma das metades para servir como parte de cima! O vestido está pronto!
- 3 Para criar os braços e as pernas, cortar a cenoura em tiras finas e moldar como o desejar.
- 4 As ervilhas podem ser usadas para fazer os olhos e a alface o cabelo. Para desenhar a boca, a sugestão é usar um bocadinho de ketchup ou morangos. Para os mais criativos, um tomate cherry pode servir como um gancho para o cabelo! Esta é uma receita ideal para fazer com os mais pequenos e pôr a criatividade à prova!
- 5 Como sugestão, acompanhar este prato com arroz ou batata e com as sobras das ervilhas, alface e cenoura.