

MINI HAMBÚRGUERES DE PERU COM GUACAMOLE DE WASABI



Revista
Ago. | Set. 12

Fotos: Luís da Cruz
Restaurante Pure



Fácil

INGREDIENTES

- 600 g de peru ou frango picado
- 2 ovos médios
- Sal e pimenta preta
- 1½ colher de chá de cominhos moídos
- 3 colheres de sopa de coentros picados
- 2 dentes de alho, descascados e esmagados
- 3 colheres de sopa de hortelã picada
- 30 g de cebolinhas
- Óleo de girassol para fritar
- 2 colheres de sopa de molho de pimentão-doce
- 1 colher de chá de mirin
- ½ colher de chá de sementes de sésamo pretas

PARA O GUACAMOLE DE WASABI:

- 2 abacates
- 2 colheres de sopa de sumo de lima
- 2 colheres de sopa de pasta de wasabi
- Sal a gosto

PREPARAÇÃO

Aqueça o forno a 180 °C • Numa taça grande coloque o peru, os ovos, os cominhos, os coentros, a hortelã, o alho, as cebolinhas, uma colher de chá de sal e um pouco de pimenta preta • Misture tudo muito bem e forme até 12 mini hambúrgueres • Aqueça duas colheres de sopa de óleo de girassol numa frigideira grande • Frite durante aprox. quatro minutos, voltando, até ficar com uma cor dourada nos dois lados • Leve ao forno durante aprox. 10 minutos • Enquanto os hambúrgueres de peru estão no forno, faça o guacamole • Esmague o abacate com um garfo e misture com o sumo de lima, a pasta de wasabi e metade de uma colher de chá de sal • Misture o mirin e o pimentão-doce noutra taça e pincele os mini hambúrgueres de peru com esta mistura assim que saiam do forno • Salpique as sementes de sésamo sobre os mesmos e sirva acompanhados com o guacamole

ALMANCIL: Av. 5 de Outubro 271 • Almancil • Tel.: 289 351 440

GALÉ: Sítio Vale do Rabelho • Guia • Albufeira • Tel.: 289 583 950

WWW.APOLONIA.COM

Apolónia
O Verdadeiro Supermercado.