



przepisy.pl

## Marchewkowe burgery z sezamem



 35 minut  4 osoby  Łatwe

### Składniki:

- kasza bulgur - 150 gramów
- Delikat przyprawa uniwersalna Knorr** - 2 łyżeczki
- marchew - 150 gramów
- cebula - 1 sztuka
- płatki owsiane - 80 gramów
- Kurkuma z Indii Knorr** - 1 łyżeczka
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 1 łyżeczka
- natka pietruszki - 1 pęczek
- biały sezam - 60 gramów
- oliwa z oliwek - 2 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Kaszę bulgur ugotuj zgodnie z wskazówkami na opakowaniu producenta z dodatkiem przyprawy uniwersalnej Knorr. Następnie odcedź i odstaw na bok do ostygnięcia.
2. Cebulę oraz marchew zetrzyj na tarce do miski z kaszą. Natkę pietruszki posiekaj.
3. Dodaj mąkę ziemniaczaną, płatki owsiane i pietruszkę. Wymieszaj i odstaw na 15 minut.
4. Z farszu przygotuj ok 20 małych burgerów i posyp sezamem.
5. Smaż na patelni teflonowej z olejem ok 5 minut z każdej strony na średnim ogniu.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)