

# Nohut Burger

toplam süre **500 dak.** 10 dak. hazırlık süresi **480 dak.** marine süresi **10 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**1136 kJ / 271 kcal**

Yağ: **9,5 gr** Protein: **12,5 gr**  
Karbonhidrat: **36,9 gr**

## MALZEMELER

6 porsiyon

<b>300 gr</b>	nohut
<b>2 yemek kaşığı</b>	su
<b>1</b>	yumurta
<b>1</b>	diş sarımsak
<b>3 yemek kaşığı</b>	un
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	kabartma tozu
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	karbonat
<b>3 yemek kaşığı</b>	Kikkoman Organik Soya Sosu
<b>1 tatlı kaşığı</b>	kimyon
	Karabiber
	Zeytinyağı

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Nohut, 8 saat suda ıslatılır. Islatılmış nohut, su, yumurta, ezilmiş sarımsak ile kabartma tozu ve karbonat ile karıştırılmış un, Kikkoman organik Soya Sosu ve baharatlar ile karıştırılır. Yağ, bir tencerede ısıtılır ve bir kaşık yardımıyla burger köfteleri şekillendirilir. Köftelerin her iki tarafı altın kahverengi olana kadar birkaç dakika kızartılır.

### Adım 2

Baharat otlarla karıştırılmış doğal yoğurt gibi bir sosla servis edilir.