

# Kichererbsen-Burger mit Bärlauch



*Zutaten für 4-6 Stück:*

**Zutaten:**

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

Olivenöl

1 Handvoll Bärlauch oder andere frische Kräuter

Alternativ: 1-2 EL getrocknete Kräuter

600 g gekochte Kichererbsen

100 g Sojaschnetzel

6-8 EL Mehl

2 TL gemahlener Koriander

Salz & Pfeffer zum würzen



**Zubereitung:**

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein würfeln, in etwas Öl andünsten und zur Seite stellen
2. Sojaschnetzel in Gemüsebrühe 10-15 min weich garen, und Flüssigkeit abgießen, abkühlen lassen. Masse kräftig ausdrücken für eine trockene Masse.
2. Bärlauch oder andere frische Kräuter fein hacken
3. Kichererbsen abgießen und im Mixer pürieren. Gedünstete Zwiebel- und Knoblauchwürfel, gehackten Bärlauch oder andere Kräuter, gegarte Sojaschnetzel-Masse, pürierte Kichererbsen und nach und nach Mehl in eine Schüssel geben bis eine feste Masse entstanden ist. Mit Salz, Pfeffer und Koriander würzen und alles gut vermengen. 10 min ziehen lassen.
4. Aus der Masse 4-6 Burger formen und für 15 min im Kühlschrank kaltstellen.
5. Burger in der Pfanne von beiden Seiten 4-5 min goldbraun anbraten