Веге бургери

Состојки

- 4 компир
- 200 гр црвен грав
- 50 гр млад кромид
- 1 моркови
- 100 гр пченка
- 30 гр зачини
- 1 Лажичка MAGGI мешан зачин 200g

Упатство

1. Сварете ги компирот, морковот, гравот и пченката.
2. Сите состојки ставете ги заедно во чинија, па испасирајте ги и во смесата додадете сечкан млад кромид, ситно сечкани зачини и Maggi магијата на вкусот.
3. Од смесата со рака направете бургери и пржете ги во тавче додека не поруменат од двете страни. Бургерите послужете ги со сезонска салата.

30 Мин

4 делови

Јаглехидрати	38.54 g
Енергија	182.6 kcal
Масти	1 g
Протеини	8.42 g