Hamburguesa De Lentejas

Cooking Service

——— Receta Saludable ———

1 porciones | Fácil | Almuerzo

Ingredientes

- ✔ **50 gr** lentejas *((lavar muy bien previamente y hervir))*
- ✔ **1/4 uni** cebolla
- ✔ **1 cdita** queso port salut light
- ✔ **1 cda.** perejil
- ✔ **1/4 uni** zanahoria *((cocida y rallada))*
- ✔ **1/2** huevos
- ✔ Pimienta a gusto

Preparación

1. Procesar las lentejas, rehogar la cebolla.
2. Unir todos los ingredientes, dar forma de hamburguesas y cocinar al horno

Cooking Service

Receta creada por **Lic. M. Claudia Sempé** - Nutricionista

"Una buena alimentación es el primer paso hacia una vida más saludable"

Cooking Service
cs@cookingservice.com.ar
15-3685-0038