

# Hamburger di ceci di Fibraman e Capitan Omega 3



**Preparazione: 20 min**

**cottura: 5 min**

**Ingredienti per 8 hamburger:**  
500g di ceci



2 uova  
2 fette pancarrè  
1 scalogno  
Sale q. b.

## Procedimento

Scolate bene i ceci già cotti



Metteteli poi in un frullatore con lo scalogno tritato, le uova, il pancarrè a cubetti e il sale



A questo punto estraete metà del composto e ponetelo in una ciotola. Frullate quindi l'altra metà fino a che diventi una crema liscia e omogenea. Mettete la crema ottenuta in una ciotola ed unitevi l'altra metà granulosa, amalgamando per bene i due composti.



Con l'impasto ottenuto formate 8 hamburger.





Cuocere su di una bistecchiera ben calda rigirandoli su entrambi i lati. Servite gli hamburger di ceci ben caldi accompagnandoli con lattuga, pomodori e i classici panini da hamburger.