



VEGÁN SZENZÁCIÓK



GARDEN GOURMET®

4 adag,
20 perc

VEGÁN GYROS TORTILLA

Hozzávalók:



- 400 g **GARDEN GOURMET Vegán Natúr Falatok**
- Szójafehérje alapú vegán, gyorsfagyasztott termék
 - 100 ml olíva olaj
 - 4 db tortilla lap
- 1 nagy fej vörshagyma
 - 100 ml szójaszósz
 - 10 g oregánó
- 1 nagy pohár (kb. 250 g) vegán szósz, joghurt alternatíva
 - 20 g kapor
 - 200 g uborka
 - 2-3 db fokhagyma
 - 1 fej jégsaláta-
- 1 db piros kaliforniai paprika
 - Só, bors ízlés szerint



Elkészítési javaslat:

1. A **GARDEN GOURMET® Vegán natúr falatkákat** az előírásnak megfelelően serpenyőben kezdje el sütni, adja hozzá az apróra vágott vörshagymát, és kicsit pirítsa meg.
2. Amikor elkészült, öntse hozzá a szójaszószt, és szórja meg oregánóval.
3. Allítsa össze a tzatzikit! Az uborkát reszelje durvára, sózzuk, és hagyja lecsepegni. A levét öntse le, majd adja hozzá a vegán szósz, az összezúzott fokhagymát, egy kis olíva olajat, s végül fűszerezze az apróra vágott kaporral, sóval, borssal.
4. Ha mindent előkészített, az előírásnak megfelelően pirítsa meg a tortilla lapokat, kenje meg őket a vegán Tzatziki mártással, helyezzen fel egy-egy alaposan megmosott és lecsepegtetett saláta levelet és a kockákra vágott kaliforniai paprikát, végül egyenletesen kanalazza rá a szójaszószt

Garden Gourmet® Vegán natúr falatkákat.

A tortilla lapot ezután szorosan tekerje fel, és ízlésesen félbevágva tálalja.



VEGÁN NUGGETS PITA



4 adag,
16 perc

Hozzávalók:

- 1 csomag **Garden Gourmet Vegán Nuggets**
 - 1/2 fej jégsaláta
 - 2 darab paradicsom
 - 1/2 db uborka
 - 1/2 darab kaliforniai paprika
- 1/2 darab vöröshagyma
- 4 evőkanál metélőhagyma
- 4 pita, sima vagy teljes kiőrlésű
- 4 evőkanál vegán termék joghurtos öntet alternativa



Elkészítési javaslat:

1. Süsse meg a vegán nuggetseket.
Süsse meg a **Garden Gourmet Vegán Nuggetseket** a csomagolás hátoldalán található módon.
2. Pirítsa meg a pitát forró grillen vagy mikrohullámú sütőben süsse meg a pitákat, amíg fel nem puffadnak.
3. Nyissa ki a pitákat.
Vegye ki, és vágja le a pita tetejét. Vigyázzon a forró gőzzel!
4. Mossa meg és vágja fel a zöldségeket.
Mossa meg a zöldségeket. A jégsalátát vékony csíkokra, a paradicsomot szeletekre vágja, a kaliforniai paprikát, az uborkát és a lilahagymát kockázza fel.
5. Töltse meg a pitákat. Ízlés szerint állítsa össze a pitákat, majd egy kis vegán szósszal és egy kis apróra vágott metélőhagymával tálalja.



MÁZBAN SÜLT VEGÁN NUGGETS RIZZSEL ÉS ZÖLDSÉGEKKEL



5 adag,
30 perc

Hozzávalók:

- 400 g Garden Gourmet Vegán Nuggets
- 300 g fehér (basmati) rizs
- 1 db kínai kel
- 400 g bimi (spárga brokkoli)
- 200 g cukorborsó
- 125 g babcsíra
- 1 gerezd fokhagyma
- 400 ml kókusztej
- 150 ml víz
- 1 cm friss gyömbér
- 1/4 pirospaprika
- napraforgóolaj a sütéshez
- 2 db újhagyma
- 4 evőkanál édes chili szósz
- 5 evőkanál enyhén sós szójaszósz
- 1 evőkanál piritott szezámmag
- só
- bors



Elkészítési javaslat:

1. Főzze meg a rizst kókusztejben, és vágja fel a zöldségeket! Öntse a kókusztejet és a vizet egy serpenyőbe, forralja fel, majd adjahozzá a rizst. Kevergesse meg, és főzze 15 percig. Blansírozza a cukorborsót és a bimit (hosszában félbevágva) körülbelül 2 percig. Szeletelje fel a kínai kelt, és vágja az újhagymát 1 cm-es darabokra.
2. Vágja fel a fokhagymát, a gyömbért és a pirospaprikát! Távolítsa el a vékony gyökereket a babcsíráról. Hámozza meg, és aprítsa fel a fokhagymát, a gyömbért pedig hámozza meg és reszelje le. A pirospaprikát vágja vékony karikákra.
3. Süssse meg a zöldségeket kevergetve, és készítsse el a mázat! Kevés olajon pirítsa meg kevergetve a cukkinit, a bimit és a kínai kelt, majd pirítsa meg a fokhagymát, a gyömbért és a pirospaprikát is. Sütés közben adjon hozzá egy kis szójaszószot, és fűszerezze sóval és borssal. Végül forgassa át a babcsírákat a zöldségekkel, és tartsa az egészet melegen. Közben keverje össze a chiliszószot a szójaszósszal.
4. Süssse és mázazza be a vegán nuggetseket, majd tálalja zöldségekkel és rizzsel. Süssse meg a Garden Gourmet Vegán Nuggetseket a csomagoláson található utasítás szerint, és még forrón forgassa át a szószos keverékkel. Tálalja úgy, hogy egy tálba rizst tesz, beleteszi a zöldségeket és a vegán nuggetseket, majd megszórja a tetejét szezámmaggal.



„VEGGIE” CÉZÁR SALÁTA
GARDEN GOURMET®
VEGÁN NATÚR FALATOKKAL
KÉNYEZTETŐ SALÁTA
MINDÖSSZE PÁR HOZZÁVALÓBÓL

Hozzávalók:

- 900 g Garden Gourmet Vegán Natúr Falat
 - 700 g római saláta, szét tépve
 - 250 ml cézár saláta öntet
 - 250 g ciabatta kockák
 - 50 g pirított fenyőmag
- 30 g paradicsom négy szeletre vágva
- 100 g parmezánforgác



10 adag,
16 perc



Elkészítési javaslat:

Állítsa össze a 10 tálal, öntsön rá Cézár saláta öntetet és tálalja kenyérkockával, parmezánforgáccsal és pirított fenyőmaggal.

A séf javaslata:

Ezt a receptet Cézár baguette-ként vagy wrap-ként is elkészítheti. Cserélje le az öntetet és az olasz keménysajtot vegán alternatívára, hogy vegán vendégei is jóízűen elfogyaszthassák.



SUPREME POKÉ BOWL

GARDEN GOURMET VEGÁN FALATKÁK A POKÉ BOWL LEGJAVA HÜSMENTESSEN

10 adag,
15 perc

Hozzávalók:

- 700 g Garden Gourmet Vegán Falatkák
- 1250 g közepes méretű rizs, főtt
- 100 g sárgarépa, julienne-re vágva
- 100 g uborka, julienne-re vágva
- 50 g zöldhagyma zöld része ferdén vágva
- 50 g zöldhagyma fehér része julienne-re vágva
- 100 g kukorica,
párolva, vastag szeletekre vágva
- 150 g edamame bab (szójabab)
- 20 g ropogós piritott hagyma
- 100 g poké szósz
- 75 g sushi ecet
- 40 g szójaszósz
- 30 g vegán ponzu szósz
- Fekete szezámmag
- Sriracha majonéz



Elkészítési javaslat:

1. A Garden Gourmet Vegán Falatkákat süssse a sütőben 5 percre.
2. Keverje össze a poké szószot a sushi ecettel, szójaszósszal és a vegán ponzu szósszal.
3. Egy közepes tál aljára kanalazzon rizst, öntse le az összekevert szósz felével, halmozza a rizsre a hozzávalókat, majd a kukoricát kenje meg egy kis szósszal és zsebsáránnal adj neki egy kis piritott színt.
4. A maradék szószot öntse az elkészült ételre és tálalja vegán sriracha majonézzel.

A séf javaslata:

A poké bowl finom hozzávalóit ízlésének és étkezési szokásainak megfelelően igazán változatossá teheti. Ha szereti a savanyított zöldségeket, próbálja ki ezt a poké bowl-t savanyított gyömbérrel vagy uborkával.



VEGÁN GOLYÓK PARADICSOMSZÓSZBAN

Hozzávalók:

- 800 g Garden Gourmet Vegán Golyók
- 100 ml Repce olaj
- 800 g Spagetti tészta
- 500 g Paradicsompüre
- 25 g Nádcukor
- 3 darab Babérlevél
- 3 darab Babérlevél
- 1 csokor Friss oregánó
- Só, bors ízlés szerint
- Friss bazsalikom a tálaláshoz



4 adag,
25 perc



Elkészítési javaslat:

1. A paradicsompürét egy magasabb falú edényben kevés olajon, közepes tűzön, a hozzáadott cukorral folyamatos kevergetés mellett karamelizálja meg.
2. Öntse fel vízzel, majd melegítse újra forrásig. Ízesítse babérlevéllel, oregánóval, a zúzott fokhagymával. Ízlés szerint adjon hozzá sót, majd néhány percre hagyja tovább főni sűrűsödésig.
3. A szószból távolítsa el a babérleveleket, adja hozzá a fagyasztott állapotban lévő **GARDEN GOURMET® Vegán golyókat**, szükség esetén annyi vizet amennyi ellepi, majd további 7-8percig főzze.
4. A tésztát sós vízben al dente-re főzze, majd az elkészült elemeket tálaljuk. Friss bazsalikommal díszítse.



VEGÁN VUNA SUSHI



Hozzávalók:

- 1 bögre **Garden Gourmet Vegán Vuna**
 - 250 g sushi rizs
 - 4 nori (hinár) lap
 - 3 evőkanál japán rizsecet
 - 1 téli sárgarépa
 - 1 nagy piros paprika
 - 1 uborka
 - 1 mangó
 - 150 g spenót
- 1 üveg savanyított édes-savanyú gyömbér
 - Fekete és fehér szezámmag
 - 1 teáskanál só
 - 2 evőkanál szójaszós
 - 1 evőkanál víz
 - 2 teáskanál rizsecet vagy természetes ecet
 - 1 teáskanál mustár vagy miso (erjesztett babpaszta)
 - 1 teáskanál cukor

4 adag,
45 perc



Elkészítési javaslat:

1. Főzze meg a sushi rizst és keverje össze az ecettel. Főzze meg a sushi rizst a csomagoláson található utasítás szerint. Locsolja meg a meleg, éppen megfőtt rizst az ecetes keverékkel, és forgassa át. Hagyja a rizst langyosra hűlni.
2. Készítse el a zöldségtölteléket. Forraljon fel egy serpenyőt bő vízzel. A spenótot nagyon rövid ideig blansírozza, majd hideg víz alatt öblítse le, csepegtesse le és törölje szárazra. Hámossa meg és vágja vékony csíkokra a sárgarépát, majd blansírozza 30 másodpercig. Vágja az uborkát, a paprikát és a mangót vékony, egyforma csíkokra.
3. A szusirizst egyenletesen terítse szét a szőnyegen. Helyezzen egy hinárlapot a bambuszszőnyegre, fényes oldalával lefelé. Terítsen rá egyenletesen egy réteg főtt rizst, úgy, hogy a hinárlapon kb. 2 hüvelyknyi rész fedetlen maradjon.
4. Ossza el a vegán vunát a spenótos rétegre. Terítsen egy csík spenótlevelet balról jobbra haladva kissé a rizs közepe fölé. Szórjon erre garden gourmet vegán vuna-t, és fedje be spenótlevelekkel.
5. Tekerje fel a shusi-t szorosan, és készítse el a szóst. A sárgarépa, az uborka, a mangó és a paprika csíkokat szépen ossza el a vunán. A rizst a sushi alátét segítségével tekerje a töltelékre, és a tekercset a hinár 2 cm-es szélével zárja le.
6. Zárja le a tekercset, díszítse, és élvezze! A szusitekercset forró vízbe mártott éles késsel kb. 1 1/2 cm-es szeletekre vágjuk. Tálaljuk a sushit egy nagy tálon, szezámmaggal, savanyított gyömbérrel és a szójaszósszal.

VEGÁN POKE BOWL

GARDEN GOURMET VEGÁN VUNA-VAL



10 adag,
20 perc

Hozzávalók:

- 500 g Garden Gourmet VUNA
- 1000 g sushi rizs
- 100 g fehér ecet pl. rizsecet
- 10 g finom tengeri só
- 100 g málna, félbevágva
- 10 darab retek julienne-re vágva
- 400 g kínai kel megmosva és kis darabokra vágva
- 100 g lilahagyma julienne-re vágva
- 400 g ananász felkockázva
- 500 g szójaszószt
- 500 g citromlé vagy rizsecet
- 10 g piritott fekete szezámmag



Elkészítési javaslat:

1. Alaposan mossa át a rizst, ezután a csomagoláson található utasítások alapján főzze meg. Miután elkészült, egy tálban keverje össze a fehér ecettel és a finom tengeri sóval.
2. Olvassza ki a **Garden Gourmet® Vunát®**.
3. Keverje össze a ponzu szószt és a szójaszószt a citromlével, majd tegye félre.
4. Az összeállításhoz a rizst ossza szét a 10 tálka között, és kanalazza rá a **Garden Gourmet Vunát®**, málnát, retket, kínai kelt, lilakáposztát és ananászt, végül öntözze meg ponzu szósszal és szórja meg egy kis piritott fekete szezámmal.



BBQ VEGÁN FALATOK SPÁRGÁVAL ÉS SALÁTÁVAL

Hozzávalók:



- 1 csomag
**Garden Gourmet
Vegán Falatok**
- 500 gramm zöld spárga
- 250 gramm cseresznyeparadicsom
- 75 gramm rukkola
- 150 gramm vegán termék feta sajt helyettesítésére
- 1 evőkanál kapribogyó
- 12 darab fekete
magozott olivabogyó
- Pár csepp olívaolaj
- Pár csepp balzsamecet
- 1 csipet só
- 1 csipet bors
- 3 darab friss
bazsalikom-lével

4 adag,
20 perc



Elkészítési javaslat:

1. Készítse elő a zöldségeket: a zöldspárga száraiból vágjon le körülbelül 2 cm-t, majd vágja félbe a paradicsomokat.
2. Pirítsa meg a vegán pírított falatokat és a spárgát: pirítsa meg a garden gourmet vegán pírított falatokat pár csepp olívaolajon egy serpenyőben vagy grillen. Grillezze meg a zöldspárgát, majd izesítse sóval és borssal.
3. Helyezze tálba a zöldségeket: helyezze a rukkolát, paradicsomot és az olivabogyót egy tálba, majd szórja meg a kapribogyóval. Adja hozzá a spárgát, majd szórja meg morzsolt vegán fetahelyettesítővel.
4. Adja hozzá a vegán pírított falatokat és tálalja. Végül helyezze rá a garden gourmet vegán pírított falatokat is. Locsolja meg balzsamecettel és olívaolajjal, majd díszítse bazsalikomlevelekkel.



ROPOGÓS VEGÁN RÁNTOTT SZELET TÉSZTASALÁTÁVAL

4 adag,
20 perc

Hozzávalók:



- 180 g Garden Gourmet Vegán Schnitzel
- 15 dkg durumtészta
- 10 dkg főtt edamame bab
- 1 darab mangó
- 1 darab avokádó
- 1 darab piros kaliforniai paprika
- 1 fej vöröshagyma
- 1/2 darab uborka
- 1 darab lime
- egy kevés napraforgóolaj
- 4 evőkanál tamari szójaszószt
- 2 evőkanál szezámolaj
- 1 kis darab friss gyömbér
- 1 csipet koriander
- 1 csipet só
- 1 csipet bors



Elkészítési javaslat:

1. Főzze meg a tésztát és készítse elő a mangót és a zöldségeket: főzze meg a tésztát, majd öntse le hideg vízzel. Vágja ketté a mangót a mag mentén, majd fejtse le a héját a szeletekről, Majd vágja csíkokra. Pucolja meg hagymát is, szeletelje fel.
2. Vágja fel az uborkát és az avokádót az uborkát csíkozza fel, a paprikát is szeletelje fel, majd felezze el az avokádót, vegye ki a magját, kanalazza ki a belét, vágja fel és locsolja meg a lime levével.
3. Keverje össze a tésztát a zöldségekkel és készítse el az öntetet és a vegán szeletet. Keverje össze a tésztát a mangóval, a paprikával, az uborkával és az avokádóval. A szójaszószt keverje össze szezámolajjal, gyömbérrel, sóval és borssal, majd a garden gourmet vegán szeletet süssé ropogósra a csomagoláson szereplő utasítások szerint.
4. Adja hozzá az öntetet és a vegán szeletet. Locsolja meg a salátát a dresszingszel és oszlassa el a tányérokra. Vágja fel a vegán szeletet csíkokra, Majd tegye a saláta tetejére és díszítse korianderrel.



VEGÁN BOLOGNAI SPAGETTI

Hozzávalók:

- 200 g Garden Gourmet Sensational Mince
- 25 dkg tészta
- 2 darab sárgarépa
- 1 darab zeller
- 20 dkg szeletelt gomba
- 80 dkg paradicsom
- 1 darab vöröshagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- 2 evőkanál paradicsompüré
- 1 csipet szerecsendió
- 2 evőkanál olívaolaj
- 1 csipet frissen őrölt bors
- 5 dkg vegán termék sajt alternativa
- 2 dkg friss bazsalikomlevél



4 adag,
30 perc



Elkészítési javaslat:

1. Párolja meg olajon a zöldségeket, majd adja hozzá a többi hozzávalót. Melegítse fel az olívaolajat, majd párolja üvegesre az apróra vágott vöröshagymát, sárgarépát, zellert, fokhagymát és gombát. 5-10 perc múlva, amikor minden puhára fő, a sensational mince kivételével adja hozzá a többi hozzávalót is (aprított paradicsom), és főzze további 15-20 percen át, amíg be nem sűrűsödik, ízesítsük szerecsendióval és fekete borssal.

2. Főzze ki a tésztát. Készítse el a tésztát a csomagoláson lévő útmutató szerint.

A főzővízből tegyen félre 3-4 evőkanálnyit.

3. Keverje össze a **sensational mince**-t a raguval.

Keverje össze a garden gourmet mince-t a paradicsomszósszal, és főzze 3-4 percen át. Szükség esetén a tészta főzővizével hígíthatja.

4. Tálalja reszelt vegán termékkel, sajt alternatívával és bazsalikommal.

Tálaláskor szórja meg a bolognai spaghetti tetejét reszelt vegán termékkel és bazsalikommal.



CHILI SIN CARNE

10 adag,
35 perc

Hozzávalók:



- 2 kg Garden Gourmet Sensational Mince
- 10 kg paradicsom
- 100 g zúzott fokhagyma
- 50 g chili por
- 80 g kömény por
- 20 g sűrített paradicsom püré
- 300 g vegán krém (tejföl alternatíva)
- 3 db piros paprika
- 3 db zöld paprika
- 1 kg előfőzött vörös bab
- 10 g friss koriander
- 100 ml olívaolaj
- 5 db vörshagyma
- 10 db tortilla lap



Elkészítési javaslat:

1. Vágja fel 1 cm-es kockákra a hagymát, a paradicsomot és a paprikát, majd melegítse fel az olívaolajat egy nagy edényben.
2. Olívaolajon pirítsa körülbelül 5 percig a hagymát és a fokhagymát. Ezután adja a hagymákhoz **GARDEN GOURMET®Vegan Mince-t** és süssse 10 percig.
3. Adja hozzá a kockára vágott paradicsomot és paprikát, a köményt, a chiliport és a paradicsompürét, és főzze tovább 20 percig.
4. Ezután jöhet hozzá a főtt vörös bab és az apróra vágott koriander. Végezetül ízlés szerint sóval és borssal fűszerezze.
5. Tálalja az elkészült **Chili sin carne-t** egy tortillára pakolva guacamole salátával és vegán krémmel (tejföl alternatívával.)



VEGÁN SCHNITZEL WRAP COLESLAW SALÁTÁVAL ÉS CSÍPÓS VEGÁN SZÓSSZAL

Hozzávalók:

- 180 darab Garden Gourmet Vegán Schnitzel
- 4 darab tortilla lap
- 1/4 fej vörös káposzta
- 1/4 fej fehér káposzta
- 1 darab sárgarépa
- 5 dkg zöldsaláta
- 1 darab alma
- 1 darab citrom leve
- pár csepp napraforgóolaj
- 3 evőkanál vegán szósz
- 2 evőkanál növényi ital
- 1 evőkanál juharszirup
- 1/2 evőkanál csilipehely
- 1 csokor petrezselyem
- 1 csipet só
- 1 csipet bors



Elkészítési javaslat:

1. Melegítse elő a sütőt és vágja fel a zöldségeket

Melegítse elő a sütőt 200 fokra. Vágja fel vékony szeletekre a káposztát, a répát és az almát.

2. Pácolja be a zöldségeket és készítse el a szószt. Sózza és borsozza a zöldségeket, zöldsalátát majd alaposan locsolja meg őket citromlével, és hagyja benne őket negyedórán át.

Készítsen szószt a vegán szósz, növényi ital, juharszirup és chili-pehely felhasználásával, melyet ízlés szerint ízesíthet citromlével.

3. Süsse meg a vegán schnitzelt a csomagolás instrukciói szerint és melegítse fel a tortillákat a sütőben.

4. Állítsa össze a tortillákat a szósszal, zöldségekkel és a vegán schnitzellel. A tortillákra kenjen a szószból, majd tegye rá a zöldségeket és az almát, ízesítse petrezselyemmel.

Vágja csíkokra a kész vegán schnitzelt.

Tegye a szeleteket a tortillákra, majd öntsön rájuk még szószt.

Tekerje fel a tortillát és fogyaszthatja is!



BBQ VEGÁN GOLYÓK NYÁRSON

5 adag,
32 perc

Hozzávalók:



- 200 g Garden Gourmet Vegán Golyók
- 1 darab cukkini
- 1 darab piros kaliforniai paprika
- 1 fej lilahagyma
- 1 csokor koriander
- egy csipet só
- egy kis bors
- 5 db spanyol piros paprika
- 3 gerezd fokhagyma
- 1 evőkanál frissen reszelt gyömbér
- 200 ml víz
- 50 ml rizsecet
- 150 g cukor
- 1 evőkanál burgonyakeményítő



Elkészítési javaslat:

1. Vágja fel a zöldségeket!

Vágja fel darabokra a cukkinit, a lilahagymát és a paprikát úgy, hogy könnyen fel lehessen fűzni egy nyársra.

2. Állítsa össze a nyársakat! Tűzzön felváltva 3 darabot minden zöldségből és a vegán golyókból minden nyársra. Tegye őket műanyag fóliával lefedve a hűtőszekrénybe.

3. Készítse el a szósz hozzávalóit! Hámozza meg a fokhagymát. Vágja félbe a chilit, és távolítsa el a magok felét (ha csípősen szeretjük, hagyja meg az összeset). Tegye a fokhagymát, a chilit és a gyömbért egy konyhai aprítógépbe vagy botmixer esetén egy magas keverőedénybe, és őrölje finomra.

4. Készítse el a szószot! Forralja fel a vizet, a cukrot, az ecetet és egy kevés só egy lábasban, majd adja hozzá az őrölt chilipaprika-keveréket. A keményítőt keverje el kevés vízzel, és folytonos kevergetés mellett adja a forró elegyhez.

Forralja fel, óvatosan kevergetve, amíg a keverék besűrűsödik, majd hagyja kihűlni. Ha szeretné, adjon hozzá extra gyömbért és/vagy rizsecetet. Öntse a szósz egy üvegbe, és tárolja a hűtőszekrényben.

5. Grillezzen és tálaljon! Kenje be a rácsot egy kevés olajjal. Süssze meg a nyársakat a grillen, tálalja a szósszal, és díszítse extra korianderrel.



SÜLT HAGYMÁS SENSATIONAL BURGER

4 adag,
25 perc



Hozzávalók:



- 10 darab **GARDEN GOURMET Sensational Burger** pogácsa
- 10 darab hamburger zsemle
- 100 ml **THOMY Combiflex** repceolaj
- 250 ml **THOMY Majonéz**
- 2 szál újhagyma
- 500 g lilahagyma
- 200 g cukor
- 250 ml vörösbort
- 100 ml balzsamecet
- 4 darab paradicsom
- Sült hagymakarikák



Elkészítési javaslat:

1. Olajon süssse meg a Garden Gourmet® Sensational Burger pogácsákat.
2. Grillácson pirítsa meg a félbevágott hamburger zsemlék belső oldalát.
3. Készítse el a panírozott hagymakarikákat
4. Szeletekre vágja fel a lilahagymát, pirítsa meg, majd adja hozzá a cukrot, balzsamecetet és vörösbort és lefedve redukálja.
5. Keverje össze a majonézt az újhagymával és a felapritott paradicsommal.
6. A zsemlét kenje meg az elkészült krémmel, helyezze a vegán hamburger pogácsát, hagymakarikákat és a redukált lilahagymát a tetejére, végül helyezze fel a zsemle tetejét.

