Veggie burgers van rode biet



Ingredienten voor Voor 6 burgers Personen

2	Rode bieten
2 teentjes	Knoflook
100 g	Walnoten
45 g	
25 g	
1 theelepel	
1 theelepel	
	Peper
	Zout
170 g	
1 theelepel	Sojasaus
250 g	
40 g	Tuinkers
50 g	Spinazie
6	Hamburgerbroodjes
6 eetlepels	

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 190°C.
2. Snijd de bieten in stukjes en maal ze fijn in de keukenrobot. Houd de bieten apart en veeg de machine schoon.
3. Pers de knoflook en doe samen met de walnoten, de havermout, het lijnzaad en de kruiden in de keukenrobot. Mix goed door.
4. Voeg nu de geraspte bieten, witte bonen en sojasaus toe en blend. Er mogen nog enkele stukjes biet en boon in het mengsel overblijven, dat geeft de burgers net extra bite!
5. Maak je handen een beetje vochtig en vorm burgers van het beslag.
6. Leg de burgers op een bakplaat met bakpapier en schuif in de oven gedurende 20 minuten. Draai de burgers om en zet ze nog eens 15 à 20 minuten terug om een knapperige korst te krijgen.
7. Was ondertussen de radijzen, tuinkers en spinazie en snijd de radijs in schijfjes.
8. Snijd de broodjes doormidden en smeer er de dressing op. Beleg vervolgens met de spinazie, de burgers, nog een beetje dressing, de radijzen en de tuinkers.