

# Imperdible Burger de Parmigiana con Quesos Plant Based y Papas al Orégano

holaveggie



🕒 50 minutos

📊 Media

🏷️ Sabores de Italia

🏷️ Kids Friendly

Esta es una parmegiana de berenjenas con un toque diferente. Asamos berenjenas cubiertas de panko y queso plant based antes de colocarlas en un pan tostado con mozzarella derretida, salsa de tomate y mayonesa con albahaca. Servimos con papas al orégano y ensalada de rúcula. No-te-lo-pierdas.

Contiene: Frutos Secos • Gluten

Producido en instalaciones que procesan nueces, sésamo, maní, trigo, lácteos y soja.

## Ingredientes en la caja

mayonesa vegana	pan de hamburguesa	queso de almendras en hebras	panko	orégano seco	papa	pasta de tomate
30 gr	2 ud	30 gr	30 gr	1 cdita	500 gr	30 gr
rúcula	albahaca	mozza de almendras	diente de ajo	berenjena grande	harina	
50 gr	10 gr	125 gr	1 un	1 un	3 cda	

## Ingredientes en casa

- ✓ Sal
- ✓ Aceite vegetal
- ✓ Pimienta

## Utensilios

- ✓ Olla
- ✓ Sartén

Nutrición por porción: Calorías 730 kcal, Grasas 30,9 g, Carbohidratos 86,7 g, Proteínas 29 g

Cocinando para  
4

Ingredientes listados para 2 porciones - si estás preparando 4 porciones, recibirás el doble de ingredientes. Las indicaciones para 4 porciones están expresadas entre paréntesis en el paso a paso de la receta.

Comé más plantas. 🌱

# Imperdible Burger de Parmigiana

## con Quesos Plant Based y Papas al Orégano



### 1 – PREPARÁ LAS PAPAS

- Leé la receta antes de comenzar a cocinar.
- Lavá y secá los **productos frescos**.
- Pre calentá el horno a 220°C.
- Cortá las **papas** (con cáscara) en rodajas. Agregá las **papas** a una bandeja para horno forrada con papel para hornear o previamente aceitada, con un chorrito de aceite vegetal y una pizca de sal y pimienta. Reservalas.

Cocinando para  
**4**

Si estás cocinando el plan de 4 porciones, seguí las indicaciones que están entre paréntesis en cada paso, y usá bowls, ollas y sartenes más grandes de ser necesario.

### 2 – CORTÁ LAS BERENJENAS

- Descartá los tallos de las **berenjenas**. Cortá las berenjenas por la mitad a lo largo. Cortá cada mitad en dos a lo ancho. **TIP:** Sacá un poco la piel de cada pedazo de berenjena; esto ayuda a que el pan rallado se adhiera mejor.

### 3 – REBOZÁ LAS BERENJENAS Y HORNÉA

- Colocá el **panko** en un plato con el **queso de almendras en hebras** y un buen chorrito de aceite vegetal, y mezclá todo: este es tu **rebozado**.
- Combiná la **harina** y una pizca de sal y pimienta en un bowl con 3 (6) cucharadas de agua fría: esta es tu **mezcla de harina**.
- Cubrí cada **pedazo de berenjena** con la **mezcla de harina**, luego presionalas firmemente sobre el **rebozado** para que queden bien cubiertos.
- Colocá la **berenjena rebozada** en una bandeja forrada con papel para hornear o previamente aceitada y agregá un chorrito generoso de aceite vegetal por encima.
- Horneá ambas bandejas (papas y berenjenas) por unos 20 minutos, o hasta que estén crujientes y doradas.

### 4 – PREPARÁ LOS TOPPING Y EL PAN

- Mientras tanto, pelá y rallá el **ajo**. Mezclá el **ajo rallado**, la **pasta de tomate** y la **mitad del orégano** en un bowl con 1 ½ (2 ½) cucharadas de agua fría y una pizca de sal y azúcar: esta es tu **salsa de tomate**.
- Picá la **albahaca** bien finita, incluyendo los tallos. Combiná la **albahaca picada** y la **mayonesa vegana** en un bowl: esta es tu **mayonesa de albahaca**.
- Cortá el **pan** por la mitad.

### 5 – TERMINÁ DE HORNEAR

- Después de los 20 minutos iniciales, sacá las bandejas del horno. Espolvoreá el **orégano restante** sobre las **papas** y empujalas hacia un lado de la bandeja.
- Colocá las **rodajas de mozzarella** al otro lado, cubrí cada una con una cucharada de **salsa de tomate** y hechá por encima un chorrito de aceite de oliva.
- Agregá el **pan** a la bandeja con la berenjena, con el lado cortado hacia arriba. Volvé a meter las bandejas en el horno durante 4-5 minutos, o hasta que el pan esté bien caliente y la mozzarella se haya derretido un poco.

### 6 – SERVÍ Y DISFRUTÁ

- Para armar las **hamburguesas**, colocá un **puñado de rúcula** y luego una **rodaja de mozzarella con salsa** en la base de cada **pan**. Agregá una capa de **berenjena crujiente** y repetí el proceso. Untá la **mayonesa de albahaca** sobre la tapa de **pan** y cerrá la hamburguesa.
- Serví las **papas al orégano** y el **resto de la rúcula** al costado. Rociá la **rúcula** con un poco de aceite de oliva y una molienda de pimienta negra.

