



## INGREDIENTS (4 PERSONES)

- 200 g de mongetes cuites
- 200 g d'arròs blanc cuit
- Ají groc
- 1 ceba
- 1 gra d'all
- Brou vegetal o de pollastre
- Coriandre fresc picat
- Comí en pols
- Sal
- Pebre

### *Per a la salsa pico de Gallo:*

- 1 ceba tendre
- 1 tomàquet
- ½ pebrot
- Coriandre fresc
- Llima
- Sal
- Pebre

## ELABORACIÓ

1. Sofregir l'all i la ceba trinxats en una paella amb un fil d'oli.
2. Lliuar l'ají i barrejar-lo al sofregit. Fer-lo bullir uns segons.
3. Prendre la meitat de les mongetes i aixafar-les amb una forquilla per fer-ne un puré.
4. Afegir al sofregit, l'arròs, les mongetes senceres i la pasta de mongetes.
5. Remenar i mullar-ho amb una mica de brou. Fer-ho bullir uns segons fins que formi una farsa compacta.
6. Posar una mica de coriandre picat.
7. Rectificar a punt de sal, pebre i comí.
8. Reservar-ho estirat en una safata fins que prengui consistència.
9. Donar-li forma d'hamburguesa i fer-les a la paella amb una mica d'oli fins que es rosteixin per les dues cares.
10. Servir-ho amb la salsa pel damunt.

### *Per a la salsa:*

11. Tallar a la juliana la verdures i barrejar-ho amb el coriandre trinxat.
12. Amanir-ho amb suc de llima, sal i pebre.

## NOTES:

-----

-----

-----

-----

