Burger-Patties (vegan) (4 Stück)

- *1 Zwiebel (ca. 80g)*
- *2 Knoblauchzehen*
- *1 Dose Kidneybohnen (Abtropfgewicht 255g)*
- *1 TL Paprikapulver edelsüß*
- *1 TL Cayennepfeffer*
- *1 EL Senf*
- *1 EL Sojasauce*
- *150g Haferflocken*
- *Salz*

1) Zwiebeln und Knoblauchzehen sehr fein hacken (60 Sekunden / Stufe 4 Thermomix)

2) Kidneybohnen mit Wasser überbrause und abtropfen lassen.

3) Dann alle Zutaten vermischen, bis auf die Haferflocken und gut verrühren (Thermomix Stufe 5, 1 Minute).

4) Konsistenz ist jetzt noch zu weich, deshalb nach und nach Haferflocken zugeben, bis man die Patties formen kann. Stufe 5 beibehalten, ggf. Linkslauf)

5) Patties formen, oben und unten mit Haferflocken bestreuen und in einer Pfanne mit Öl ausbraten.