

Το burger που θα φτιάχνεις συνέχεια με μπιφτέκι αρακά & garlic mayo

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 20 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 20 λεπτά, **Χρόνος αναμονής:** 30-40 λεπτά.

Φυλάμε τα μπιφτέκια στο ψυγείο ωμά για 4-5 ημέρες, ψημένα για 3-4 ημέρες και στην κατάψυξη για 20 ημέρες.

Υλικά για τα μπιφτέκια:

- 1 κ.σ. αλεσμένο λιναρόσπορο ή 1 κ.σ. κορν φλάουρ
- 2 κ.σ. νερό
- 1 λευκό κρεμμύδι, ψιλοκομμένο
- 2 φρέσκα κρεμμυδάκια, κομμένα σε ροδέλες
- 2 σκελίδες σκόρδο, ψιλοκομμένες
- 120 γρ. νιφάδες βρώμης
- 400 γρ. αρακά κατεψυγμένο
- 4-5 φύλλα δυόσμο ή 2-3 κλωναράκια άνηθο ή μαϊντανό
- ελαιόλαδο
- αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το ραπανάκι πίκλα:

- 2-3 ραπανάκια
- 2 κ.σ. ζάχαρη
- 80ml λευκό ξίδι ή μηλόξυδο

Υλικά για τα burger:

- 4 ψωμάκια burger
- 4 κ.σ. [Hellmann's Vegan Mayo Garlic](#)
- 4 φύλλα iceberg
- ½ ξερό κρεμμύδι κομμένο σε λεπτές ροδέλες

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

1) Ξεκινάμε με τα ραπανάκια. Αφαιρούμε την κορυφή και την βάση και κόβουμε τα ραπανάκια σε πολύ λεπτές φέτες, σχεδόν διάφανες με ένα καλά ακονισμένο μαχαίρι ή με το μαντολίνο. Σε ένα μπολ ανακατεύουμε το ξίδι και τη ζάχαρη και προσθέτουμε τα ραπανάκι. Αφήνουμε στην άκρη από 10 λεπτά έως 2 ώρες, μέχρι το σερβίρισμα.

2) Συνεχίζουμε με τα μπιφτέκια αρακά. Ανακατεύουμε σε μπολ τον λιναρόσπορο ή το κορν φλάουρ με το νερό και αφήνουμε στην άκρη.

3) Βάζουμε σε αντικολλητικό τηγάνι, σε μέτρια φωτιά 2 κ.σ. ελαιόλαδο και μόλις κάψει καλά, προσθέτουμε το κρεμμύδι και το φρέσκο κρεμμύδι. Σοτάρουμε για 6-7 λεπτά και προσθέτουμε το σκόρδο. Σοτάρουμε άλλο 1 λεπτό και κατεβάζουμε. Μεταφέρουμε σε επεξεργαστή τροφίμων με λεπίδες (μούλτι) μαζί με την βρώμη και χτυπάμε καλά. Μεταφέρουμε σε μεγάλο μπολ.

4) Βάζουμε στο μούλτι τον αρακά με τον δυόσμο (σε μία ή δύο δόσεις, ανάλογα την χωρητικότητα) και πολτοποιούμε τελείως. Μεταφέρουμε στο μπολ με την βρώμη και προσθέτουμε τον λιναρόσπορο ή το κορν φλάουρ, αλατοπιπερώνουμε κατά βούληση και ανακατεύουμε καλά. Βάζουμε το μπολ στο ψυγείο για 20-30 λεπτά ώστε να κρυώσει καλά το μείγμα και να μπορέσουμε να τα πλάσουμε.

5) Χωρίζουμε το μείγμα στα 4 και πλάθουμε 4 μπιφτέκια (περίπου 160 γρ. το καθένα) . Βάζουμε ένα αντικολλητικό τηγάνι σε μέτρια προς δυνατή φωτιά και προσθέτουμε 1 κ.σ. ελαιόλαδο. Μόλις ζεσταθεί καλά, ακουμπάμε προσεκτικά τα μπιφτέκια και ψήνουμε για 4-5 λεπτά από κάθε μεριά. Μόλις ψηθούν, μεταφέρουμε σε ένα πιάτο και αφήνουμε να ξεκουραστούν για 10 λεπτά.

6) Ετοιμάζουμε τα burgers. Απλώνουμε τα ψωμάκια στον πάγκο μας και μοιράζουμε σε όλα τα ψωμάκια την [Hellmann's Vegan Mayo Garlic](#). Ακουμπάμε τα μπιφτέκια αρακά στα κάτω ψωμάκια και μοιράζουμε τα ραπανάκι, το iceberg, και το κρεμμύδι. Σερβίρουμε αμέσως.

Supertip: Εναλλακτικά μπορούμε να ψήσουμε τα μπιφτέκια σε ταψί με λαδόκολλα, σε προθερμασμένο φούρνο στους 200°C στις αντιστάσεις για περίπου 25 λεπτά. Στη μέση του ψησίματος τα γυρνάμε από την άλλη.