

# MINI HAMBURGUESAS DE GARBANZOS



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Mary Díaz



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Segundo plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Casera

**Coste:** Muy económico

## Descripción:

Cogi la idea de "Las Mañanas de la 1" que hicieron hamburguesas de muchas cosas menos de garbanzos.

## Ingredientes para 2 personas :

- 1 Bote de garbanzos cocidos o si os sobro del cocido
- 1 Huevo
- Harina
- Aceite
- Pan de molde

## Preparación:

### Paso 1

**PREPARACIÓN:** Se escurren los garbanzos si son de bote. Se ponen en una fuente y se aplastan con un tenedor, cuando estén bien aplastado se echa un huevo y se revuelve para que se mezcle todo bien, como quedara un poco suelto yo eche harina integral pero se puede echar pan rallado eso al gusto, se revuelve todo y se hacen las hamburguesas. Yo utilice un aro redondo que tengo para galletas y el pan también lo corte con el aro.