



BURGER VÉGÉTARIEN SANS GLUTEN

Préparation : 25 minutes

Cuisson : 20 minutes

Portion : 8 galettes

INGRÉDIENTS:

- 85 g (1 tasse) de fromage cheddar fort râpé
- 3 œufs
- 60 ml (¼ tasse) + 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 1 oignon haché finement
- Un paquet de 227g de champignons hachés finement
- 1 cube de [bouillon d'oignon ou aux légumes sans gluten](#) râpé
- 50g (½ tasse) de [noix de Grenoble moulues sans gluten](#)
- 165g (1 ½ tasse) de [flocons de sarrasin sans gluten](#)
- 125 ml (½ tasse) de [salsa douce sans gluten](#) ou [recette de salsa maison](#)

PRÉPARATION:

1. Mettre le four à 200°C (400°F).
2. Dans une poêle à feu modéré, cuire les oignons dans 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive pendant 3 minutes.
3. Ajouter les champignons et poursuivre la cuisson 3 minutes. Réserver.
4. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients.
5. Façonner les galettes * et les mettre sur une plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé (papier parchemin).
6. Cuire au four pendant 20 minutes. Tourner à mi-cuisson.

*Puisque la préparation est un peu collante, je vous suggère, pour chaque galette, de mettre 1/8 de la préparation sur la plaque et de former la galette à l'aide d'une fourchette.

Pour le hamburger : [pain hamburger sans gluten](#), salade, tomates et [mayonnaise sans gluten](#) mélangée avec [moutarde à l'ancienne sans gluten](#).

Couper le pain sur l'épaisseur, l'ouvrir en deux et cuire sous le gril du four (broil) jusqu'à ce qu'il soit doré. Garnir au goût.