

Hamburguesas de Merluza al Azafrán (reducido en colesterol)	
ngredientes para 2 hamburguesas:	
Filet de merluza	
200 gr.	
Azafrán	
1 gr.	

Cebolla

1/4 de unidad

Cebolla de verdeo

1

Fécula de maíz

1 cda.

Pan rallado

1 cda.

Clara de huevo

4

Procedimiento:

Picar pequeño el filet y luego procesarlo 10 segundos.
Picar el verdeo y rallar la cebolla. Mezclar todo en un bol y agregar el resto de los ingredientes.
Amasar hasta obtener una mezcla bien homogénea.
Colocar parte de la preparación en la base del BigCheff y compactar hasta obtener la forma de una hamburguesa de 1 cm. de alto.
Tapar y cocinar 1 minuto y medio a potencia máxima.

