

## Hamburguesas de avena con verdura y queso manchego Las Terceras D.O.P.



### INGREDIENTES:

- 200 gr. copos de avena
- Agua
- 1 zanahoria
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 1 pimiento verde
- 1 ramita de cilantro fresco
- 1 cucharada de pan rallado
- Aceite de oliva
- Sal y pimienta
- 1 tomate
- Queso manchego Semicurado Las Terceras
- Berenjena
- Harina

### PREPARACIÓN:

En un bol, ponemos los 200 gr de avena y añadimos aproximadamente la mitad de agua. Dejamos reposar. Lavamos la zanahoria y el pimiento y los pelamos. Hacemos lo mismo con la cebolla y el diente de ajo. Picamos toda la verdura y el cilantro muy finos.

# LAS TERCERAS

Escurremos la avena y la mezclamos con la verdura picada. Sazonamos con sal y pimienta al gusto y añadimos el pan rallado para compactar la masa hasta que la mezcla tome consistencia. Con ayuda de las manos formamos pequeñas bolas y les damos forma de hamburguesa. Calentamos la sartén con un poco de aceite y freímos las hamburguesas hasta que estén un poco doraditas.

Cortamos la berenjena en tiras y las rebozamos con harina. Freímos la berenjena al gusto y servimos con una pizca de sal. Colocamos las hamburguesas en torre alternando con una loncha de queso manchego y acompañamos con los bastones de berenjena rebozados.