

Cycle 3

Hamburger

Pour 4 personnes



Conseils

Dorer les pains à hamburger dans une poêle ou au four.
Servir avec des frites au four.

Ingrédients

Burger:

- 400 g de viande hachée
- 1 oignon finement haché
- 1 œuf battu
- 3 cs de panure
- ½ cc de moutarde
- ½ cc de sel
- poivre, paprika,
- romarin, thym
- beurre ou crème à rôtir

Garniture:

- 4 pains à hamburger
- 4 feuilles de salade
- 2 cornichons coupés en tranches
- 1 petit oignon coupé en rondelles
- 1 tomate coupée en rondelles
- 4 cs de ketchup



Cycle 3

Préparation



1 Burger: placer tous les ingrédients jusqu'aux épices comprises dans un saladier.



2 Malaxer jusqu'à obtenir un mélange homogène.



3 Former quatre boules de même taille et les aplatir.



4 Rissoler à feu moyen chaque steak de viande hachée dans le beurre à rôtir 4-5 min de chaque côté.



5 Garnir les pains d'un steak, de salade, de tomate, de cornichons, d'oignon et de ketchup. Servir aussitôt.