

Burgers de bœuf au feta

avec salade villageoise grecque

Familiale

30 minutes



RECETTE PERSONNALISÉE

Il s'agit d'une recette personnalisée.
Si vous désirez changer la protéine,
suivez les instructions au verso de
cette fiche!
Bonne cuisine!



Bœuf haché



Bison haché maigre



Pain artisan



Tomate Roma



Origan



Mayonnaise



Feta, émietté



Vinaigre de vin blanc



Mini concombre



Mélange printanier



Chapelure panko



Sel d'ail

BONJOUR ORIGAN

Cette herbe au goût relevé fait partie de la famille de la menthe!

D'abord

- Avant de commencer, préchauffer le four à la fonction Griller (temp. élevée).
- Laver et sécher tous les fruits et légumes.

Matériel requis

Plaque à cuisson, cuillères à mesurer, 2 grands bols, petit bol, fouet, grande poêle antiadhésive

Ingrédients

	2 personnes	4 personnes
Bœuf haché	250 g	500 g
Bison haché maigre	250 g	500 g
Pain artisan	2	4
Tomate Roma	80 g	160 g
Origan	7 g	7 g
Mayonnaise	4 c. à soupe	8 c. à soupe
Feta, émietté	¼ tasse	½ tasse
Vinaigre de vin blanc	½ c. à soupe	1 c. à soupe
Mini concombre	66 g	132 g
Mélange printanier	56 g	113 g
Chapelure panko	¼ tasse	½ tasse
Sel d'ail	1 c. à thé	2 c. à thé
Sucre*	¼ c. à thé	½ c. à thé
Huile*		

Sel et poivre*

* Essentiels à avoir à la maison

** Faire cuire jusqu'à ce que la température interne atteigne au moins 74 °C (165 °F).

Allergènes

Hé, les cuisiniers! Vous trouverez les informations nutritionnelles sur le site Web ou dans l'appli.

Les ingrédients sont emballés dans des installations où l'on manipule aussi des œufs, du poisson, des crustacés, des fruits de mer, du lait, de la moutarde, des arachides, du sésame, du soja, des sulfites, des noix et du blé.

Nous rejoindre

Appelez ou écrivez-nous | (855) 272-7002

bonjour@hellofresh.ca

HelloFresh.ca

    @HelloFreshCA



Préparer

- Hacher finement **1 c. à soupe** de **feuilles d'origan** (doubler pour 4 pers.).
- Couper le **concombre** en deux sur la longueur, puis en demi-lunes de 0,5 cm (¼ po).
- Couper la **tomate** en morceaux de 0,5 cm (¼ po).
- Ajouter la **mayonnaise** et la **moitié** du **feta** dans un petit bol. **Poivrer**, puis bien mélanger.



Faire griller les pains

- Entre-temps, couper les **pains** en deux.
- Disposer les **pains** sur une plaque à cuisson, côté coupé vers le haut.
- Faire griller les **pains** au **centre** du four de 2 à 4 min ou jusqu'à ce qu'ils soient dorés. (**CONSEIL** : Les surveiller pour ne pas les brûler!)



Faire les galettes

- Dans un grand bol, ajouter le **bœuf**, la **chapelure**, l'**origan** et la **moitié** du **sel d'ail**. **Poivrer**, puis bien mélanger. (**CONSEIL** : Pour des galettes plus fermes, ajouter 1 œuf au mélange!)
- Former à partir du **mélange 2 galettes d'un diamètre de 10 cm (4 po)** (4 galettes pour 4 pers.).

Si vous avez choisi le **bison**, le préparer et le faire cuire en suivant les mêmes instructions que celles pour le **bœuf**.



Faire la salade

- Entre-temps, fouetter dans un autre grand bol le **reste** du **sel d'ail**, **½ c. à soupe** de **vinaigre**, **¼ c. à thé** de **sucre** et **1 c. à soupe** d'**huile** (doubler les quant. pour 4 pers.).
- Ajouter les **concombres**, les **tomates**, le **mélange printanier** et le **reste** du **feta**. **Poivrer**, puis bien mélanger.



Faire cuire les galettes

- Faire chauffer une grande poêle antiadhésive à feu moyen-élevé.
- Ajouter les **galettes** à la poêle sèche. (**REMARQUE** : Ne pas surcharger la poêle; pour 4 pers., faire cuire les galettes en 2 étapes, au besoin.) Faire poêler les **galettes** de 4 à 5 min par côté ou jusqu'à ce qu'elles soient dorées et entièrement cuites**.
- Transférer dans une assiette et couvrir pour garder chaud.



Terminer et servir

- Tartiner les **tranches de pain inférieures** de **mayo au feta**, puis garnir d'une **galette** et d'**un peu** de **salade**. Couronner des **tranches de pain supérieures**.
- Répartir les **burgers** dans les assiettes.
- Servir le **reste** de la **salade** en accompagnement.

Le souper, c'est réglé!