

# Burger jardinier

Petits pois, carottes et pommes de terre

## Informations :

- difficulté : facile
- pour 4 personnes
- préparation d'environ 20 minutes
- cuisson d'environ 30 minutes



## Ingrédients :

- 4 petits pains burger
- 4 steaks hachés de bœuf du boucher
- 4 tranches de cheddar
- 4 pommes de terre à la peau rosée
- 2 carottes
- 100g de petits pois
- 8 belles feuilles de salade verte
- 4 cornichons aigre doux
- Persil frais

## Préparation :

- 1) Commencer par préparer les légumes :
  - Laver et broser les pommes de terre et les faire cuire à l'eau avec leur peau. Une fois cuites, les égoutter et réserver.
  - Ecosser les petits pois et les faire cuire à l'eau également (ou utiliser des petits pois en boîte qu'il suffira d'égoutter et de réchauffer).
  - Laver les carottes et les couper crues en rondelles, avec leur peau.
  - Laver la salade et l'essorer.
- 2) Pendant ce temps, saisir les steaks hachés de bœuf à la poêle sans matière grasse et les faire cuire jusqu'à la cuisson désirée.
- 3) Couper les petits pains à burger dans le sens de la longueur.
- 4) Pour chaque burger, disposer successivement :
  - Une tranche de cheddar
  - Un steak haché de la cuisson souhaitée
  - Deux belles feuilles de salade verte
  - Une pomme de terre cuite coupée en rondelles
  - Quelques rondelles de carotte crue
  - Une cuillère à soupe de petits pois cuits
  - Un cornichon coupé en deux dans le sens de la longueur
  - Du persil frais finement ciselé
  - Puis fermer avec le chapeau du petit pain
- 5) Disposer les burgers 5 minutes au four à 120°C pour faire fondre le cheddar et rendre les petits pains croustillant.
- 6) Servir bien chaud.

## Les astuces de la p'tite Poule Rousse :

→ C'est derrière la peau des légumes que se trouvent bon nombre de leurs vitamines, d'où l'intérêt de bien les laver et de les consommer avec leur peau pour profiter de tous leurs apports nutritionnels.

Juste un œuf