



Burger de porc effiloché



Image peut varier selon disponibilité des ingrédients du moment.

INFORMATIONS NUTRITIONNELLES



ACCOMPAGNEMENT

Salade d'épinards

À SE PROCURER

Huile d'olive, sel et poivre

INGRÉDIENTS

450 grammes de porc effiloché, cuit
200 grammes de carottes, râpées
150 grammes d'épinard, haché
1 tige de ciboulette, hachée
1 pomme, râpée
60 ml de mayonnaise
3 gousses d'ail, hachées
30 ml de vinaigre de cidre
4 pains à hamburger

INSTRUCTIONS

Dans une poêle moyenne, chauffer un filet d'huile à feu moyen. Ajouter le porc effiloché et cuire 5 minutes, jusqu'à ce qu'il soit bien chauffé. Transférer dans un bol et réserver la poêle.

Pendant que le porc chauffe, trancher finement la ciboulette, râper la pomme et mélanger avec un filet de vinaigre afin d'éviter qu'elle ne brunisse.

Dans un petit bol, combiner le vinaigre restant, la moitié de la ciboulette et 5 c.à.s. d'huile d'olive, saler et poivrer au goût.

Dans un grand bol, combiner l'épinard, les carottes et la pomme et arroser avec la vinaigrette puis saler et poivrer et mélanger.

Hacher finement l'ail et dans un bol, combiner l'ail, la ciboulette restante et la mayonnaise. Mélanger et assaisonner avec du sel et du poivre au goût.

Dans la poêle réservée, chauffer un filet d'huile d'olive à feu moyen. Ajouter les pains, côté coupé vers le bas, et griller 2 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient dorés. Monter les assiettes en garnissant vos burgers de porc effiloché, la salade de pomme et la mayonnaise. Accompagner de salade d'épinard.

Bon appétit !

TEMPS

15

RÉSULTAT

4


au jour le jour

bon appétit