

Burger méditerranéen façon Tel Aviv



Ingrédients

- 2 pains burger
- 2 Greenway burgers
- 1 poivron rouge, coupé en cubes
- 1 tomate, coupé en cubes
- 1 petit oignon rouge finement tranché
- 6 olives vertes coupées en tranches
- poivre et sel
- un soupçon de vinaigre de vin rouge
- quelques feuilles de menthe, de basilic, de coriandre et de persil plat
- 4 c. à s. de mayonnaise ou de veganaise
- jeunes pousses d'épinard

Méthode

1. Préchauffez le four à 100°.
2. Mélangez les légumes coupés et les olives avec un cuillère à café de vinaigre de vin rouge, salez et poivrez.
3. Mélangez la mayonnaise ou la veganaise avec les herbes aromatiques fraîches.
4. Faites griller ou cuire le burger pendant 1 minute et 15 secondes sur les deux

faces à feu moyen avec un peu de matière grasse.

5. Coupez les pains en deux et réchauffez-les quelques minutes au four.
6. Prenez le dessous du pain, déposez-y le burger et le mélange de légumes.
7. Terminez par une cuillère à soupe de mayonnaise aux herbes aromatiques et quelques jeunes pousses d'épinard fraîches. Recouvrez avec le dessus du pain.

Cette recette est de GREENWAY

© ChefsproVeggie

info@chefsproveggie.be