

Przepis dnia IV, odc. 7: Trio burgerów z indyka z warzywnymi frytkami



DORADCA SMAKU



CZAS
PRZYGOTOWANIA
30 MIN



ILOŚĆ
PORCJI
3 - 4

SKŁADNIKI

mięso mielone indycze	600 g
śmietana 30%	50 ml
sól morska	
pieprz czarny ziarnisty	
przyprawa do indyka	1 płaska łyżka
pomidory suszone Smak	kilka sztuk
kolendra	1/2 pęczka
kminek mielony	1 łyżeczka
kajzerka	3 szt.
majonez	100 g
sos sałatkowy włoski	1 opakowanie
keczup	
pomidor	1 szt.
cebula czerwona	1 szt.
rukola	3 garści
marchew	2 szt.
pietruszka	1 szt. (duża)
ziemniaki	kilka szt. (młode)
przyprawa do ziemniaków	
olej	

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Kroki postępowania

- KROK 1 Warzywne frytki:
Pietruszkę, marchewkę i ziemniaki kroimy w słupki. Układamy w naczyniu żaroodpornym i posypujemy przyprawą do ziemniaków, skrapiamy olejem z pomidorów suszonych. Pieczemy przez 10-20 minut w piekarniku nagrzanym do 220 °C.
- KROK 2 Sposób przygotowania burgerów:
Mięso mielone z indyka łączymy ze śmietaną i przyprawą do indyka.
- KROK 3 Tak przygotowane mięso przekładamy do trzech misek. Do pierwszej miseczki wysypujemy posiekaną kolendrę. Do drugiej miseczki dodajemy mielony kminek. Do trzeciej dodajemy drobno posiekane pomidorki suszone.
- KROK 4 Każdą z trzech porcji dokładnie mieszamy. Formujemy burgery które powinny być większe niż bułka ponieważ skurczą się podczas smażenia. Smażymy je na odrobinie oleju na patelni grillowej po 3-4 minuty z każdej strony.
- KROK 5 Wyciągamy frytki z piekarnika, kajzerki przecinamy na pół i podgrzewamy je w piekarniku (ok. 2 minuty w 180 °C).
Następnie przygotowujemy sos. Do miski wkładamy majonez, wysypujemy sos sałatkowy włoski i dokładnie mieszamy.
- KROK 6 Kroimy czerwoną cebulę, pomidory i składamy hamburgery. Połówki bułek smarujemy przygotowanym sosem. Na to kładziemy rukolę, plastry pomidora, burgery i na wierzch cebulę.
- KROK 7 Pozostałe - górne połówki, smarujemy keczupem i zamykamy hamburgery i przyprawiamy grubo mielonym czarnym pieprzem.
- KROK 8 Tak przygotowane burgery serwujemy z warzywnymi frytkami.