

Burgers de poulet

Pour 2 burgers :

- 2 petits pains ronds (je les ai achetés lors de mes courses et de suite congeler. Les sortir du congel le matin pour le midi)
- 300 g d'escalopes de poulet (*les miennes faisaient 370 g*)
- 1 gousse d'ail
- 1 petit oignon
- 1 càs de pesto génois (*pas mise*)
- 2 càs d'herbes fraîches mélangées (basilic et ciboulette)
- 5 pétales de tomates séchées (*dégraissées avec du papier absorbant*)
- 1 càc d'huile d'olive

Peler et couper l'oignon grossièrement, hacher finement l'ail. Placer les ingrédients suivants dans le mixeur : le poulet coupés en morceaux, l'oignon, l'ail, le pesto (ou pas), le basilic et la ciboulette, les pétales de tomates séchées, sel et poivre. Mixer le tout. Couvrir et placer au frais 30 minutes.

Former 2 galettes avec la chair de poulet. Badigeonner d'huile d'olive une poêle anti-adhésive à l'aide d'un papier absorbant, la faire chauffer et saisir les burgers de poulet quelques minutes sur chaque face. Les retourner ensuite de temps en temps jusqu'à ce qu'ils soient cuits. Ca a dû me prendre environ 15 min à feu moyen. Surveiller.

Couper les pains en 2, les toaster au grille-pain ou sous le grill du four. Surveiller ! Chez moi il sont un peu cramé (!) mais en grattant le cramé s'est allé.

Servir le pain avec les burgers.

Avant/pendant cuisson :



Après :

