



BURGER D'AGNEAU A L'AUBERGINE

Ingrédients	2 pers.	4 pers.
Dans votre box :		
Pour les burgers :		
Agneau haché	250 g	500 g
Echalote	½ pièce	1 pièce
Cumin en poudre	1 cuillère à café	2 cuillères à café
Menthe	2 brins	3 brins
Oignon rouge	½ oignon	1 oignon
Aubergines grillées	150 g	300 g
Pains à burger	2 pains	4 pains
Pour la sauce au yaourt :		
Yaourt à la grecque	1 yaourt	2 yaourts
Ail	½ gousse	1 gousse
Citron	½ citron	1 citron
Menthe	2 brins	3 brins
Salade Feuille de Chêne	½ salade	1 salade
Dans votre placard :		
Huile d'olive	1 cuillère à soupe	2 cuillères à soupe
Sel		
Poivre		



Réalisation de la recette

🔪 Préparation : 20 mn

🕒 Cuisson : 30 mn

1. Les steacks

- Epluchez et coupez finement l'échalote. Ciselez la menthe. Dans un bol, mélangez la viande hachée avec l'échalote, le cumin, la menthe, du sel et du poivre. Formez vos steacks, filmez-les et placez-les au frigo en attendant de préparer le reste.

2. La sauce

- Epluchez, dégermez et hachez l'ail. Ciselez la menthe. Dans un bol, mélangez le(s) yaourt(s) avec l'ail, la menthe, le jus du citron, l'huile d'olive, du sel et du poivre. Goûtez et rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.

3. La cuisson

- Préchauffez votre four à 180°C. Epluchez et coupez l'oignon rouge en fines lamelles.
- Dans une poêle avec un filet d'huile d'olive, saisissez les steacks à peine 30 secondes de chaque côté, juste de quoi les colorer. Placez 1 steak sur chaque moitié inférieure des pains à burger. Glissez au four 5 à 7 minutes selon la cuisson désirée de la viande.
- Préparez la salade : lavez, effeuillez et essorez la salade, l'accompagner d'une vinaigrette de votre choix (2 volumes d'huile d'olive pour 1 volume de vinaigre de cidre, balsamique ou de vin, un peu de sel et de poivre).
- Dans la poêle ayant servie pour la cuisson des steacks, faites revenir l'oignon rouge.
- Deux minutes avant la fin de la cuisson des steacks, glissez au four les chapeaux de vos burgers ainsi que les aubergines pour les tiédir légèrement.

4. Le dressage

- A la sortie du four, placez une cuillère généreuse de sauce sur chacun des steacks, un peu d'oignons rouges confits, de l'aubergine et remettez le chapeau des burgers.
- Dégustez sans attendre avec un peu de salade en accompagnement.

5. Le mot du Chef

- Une recette de burger avec du goût : steaks d'agneau maison légèrement parfumés au cumin, une touche de sauce au yaourt à la menthe et une pointe d'aubergines. Résultat ? Des burgers moelleux, légers et très printaniers.

