

BURGER BRASSERIE VÉGÉTAL

14

INGRÉDIENTS

- 10 steaks de soja poivre vert et persil SOJASUN
- 10 pains burger
- 300 g de compotée d'oignon au vin rouge
- 200 g de tartinable de chèvre Petit Billy
- 300 g d'embeurrée de chou *

Pour l'embeurrée de chou :

- 1 chou vert Milan
- 2 carottes taillées en brunoise
- 2 oignons émincés
- 10 cl d'huile d'olive
- Sel, poivre



PROGRESSION 10 !!

Pour l'embeurrée de chou vert :

Effeuilé le chou. Tailler les feuilles en lanières. Dans une casserole, faire suer dans l'huile d'olive les carottes et les oignons.

Ajouter le chou, assaisonner et laisser mijoter à couvercle pendant une dizaine de minute à feu doux.

Pour assembler le burger :

Sur la base du pain burger, tartiner du Petit Billy.

Ajouter l'embeurrée de chou, le steak préalablement chauffé pendant 6 mn à la poêle à feu moyen et la compotée d'oignon.

Refermer avec la seconde partie du pain.

