



Burgers veggies aux courgettes grillées, tomates confites et mozzarella

Niveau de difficulté : facile

Temps de préparation : 20 minutes

Temps de cuisson : 10 minutes

Recette pour 4 personnes

Ingrédients

Chez Picard

- 4 hachés végétaux
- 1/2 sachet de courgettes de Calabre grillées
- 4 cuil. à soupe de spécialité à la tomate séchée
- 4 cuil. à soupe de ketchup bio

Chez l'épicier

- 4 pains à burger
- 1 boule de mozzarella
- 1 belle poignée de roquette
- 8 pétales de tomates confites
- Huile d'olive

1. Préchauffez le four en position chaleur tournante et gril supérieur à 220 ° C.
2. Égouttez la mozzarella, coupez-la en fines tranches et déposez-les sur une feuille de papier absorbant.
3. Égouttez et coupez les pétales de tomates confites en lanières.
4. Coupez les pains à burger en deux.

5. Déposez les courgettes sur une plaque à four huilée et enfournez-les pour 5 min.
6. Déposez les hachés végétariens dans une poêle chaude avec un peu de matière grasse et laissez-les réchauffer 5 min en les retournant régulièrement.
7. Déposez les pains à burger sur la grille du four et réchauffez-les 3 min. Sortez-les, ainsi que les courgettes et passez le four en position gril supérieur à 230 ° C.
8. Montez le burger : tartinez la base de préparation à la tomate séchée et le haut du pain de ketchup. Répartissez les courgettes sur la base, ajoutez un haché, de la mozzarella et glissez au four 3 min, jusqu'à ce que la mozzarella soit légèrement fondue.
9. Ajoutez les tomates séchées, la roquette et servez aussitôt.