



Les plats principaux

Wrap de salade iceberg avec légumes grillés et sauce fraîche radis-yoghourt

Pour 4 personnes.

Ingrédients

600 grammes de haché d'agneau
1 bouquet de cresson (pour la finition)
8 champignons de Paris (en tranches)
1 aubergine (en longues tranches)
2 oignons (gros, en anneaux)
8 tomates (en grappe)
8 portobellos
2 cuillères à soupe de persil (haché fin)
1 cuillère à café de poudre de cumin
huile d'olive
poivre
sel

Pour la sauce radis-yoghourt

poignée feuilles de menthe (coupées finement)
100 millilitres de yaourt grec
1 piment (ciselé)
4 radis (râpés)
2 gousses d'ail

Méthode de préparation

Assaisonnez le haché avec le cumin en poudre, du poivre et du sel puis incorporez-y le persil. Partagez le haché en 8 portions et faites-en de beaux fins burgers. Réservez au frais.

Mélangez tous les ingrédients pour la sauce avec un filet d'huile d'olive puis salez et poivrez.

Badigeonnez tous les légumes d'huile d'olive puis salez et poivrez. Grillez les légumes des deux côtés sur le barbecue jusqu'à ce que l'on voit dessus le dessin de la grille. Tenez-les au chaud à la chaleur indirecte du barbecue.

Badigeonnez les burgers avec de l'huile et rôtissez-les 3 minutes par côté sur le barbecue. Garnissez chaque portobello grillé avec un burger, puis avec des légumes et aspergez avec tout le reste de la sauce. Dispersez le cresson comme touche finale et servez immédiatement.

Ustensiles de cuisine

Barbecue

