



Les plats principaux

## Haute burger avec salade de chou blanc

Pour 4 personnes.

### Ingrédients

#### Pour les burgers

600 grammes viande hachée (mélangée)  
2 cuillères à soupe de persil (hachés)  
1 cuillère à café poudre de paprika  
10 millilitres de vinaigre de vin blanc  
100 grammes de mozzarella (en tranches)  
25 grammes de rucola  
4 petit pains  
1 œuf  
2 oignons (rouges, en anneaux)  
2 tomates  
1 avocat  
4 tranches d'ananas  
huile d'olive  
poivre  
sel

#### Pour la sauce

1 cuillère à café de sauce Worcester  
4 cuillères à soupe de mayonnaise  
2 cuillères à soupe de ketchup  
1 cuillère à café de tabasco

### Méthode de préparation

Mélangez l'œuf, le paprika et le persil au haché et salez et poivrez. Partagez le mélange en parts égales (2 parts par personne) et formez-en des hamburgers. Répartissez la mozzarella sur la moitié des hamburgers. Déposez les autres hamburgers dessus et appuyez bien pour fermer les bords. Badigeonnez la viande avec de l'huile d'olive et faites reposer 30 minutes au frigo.

Faites tremper les anneaux d'oignon 15 minutes dans le vinaigre. Mélangez tous les ingrédients pour la sauce.

Grillez les hamburgers bien bruns sur les deux faces sur le barbecue. Faites de même avec les tranches d'ananas. Mettez les hamburgers dans des petits pains et garnissez avec l'avocat, l'ananas, la rucola l'oignon et les tranches de tomates. Terminez par une cuillère de sauce.

**Conseil:**

Délicieux avec une salade de chou blanc: Mélangez 300 g de chou blanc râpé avec 150 g de radis en petites tranches, 3 cs de ciboulette hachée et 2 cs de mayonnaise. Salez et poivrez.

