

Hamburger di pollo

L'**hamburger di pollo** che vi proponiamo è un panino farcito con carne di pollo tritata, salsine, formaggio, pomodoro e insalata. E' una variante al classico hamburger americano.

L'**hamburger di pollo** viene in genere servito come piatto unico, accompagnato da insalata fresca o contorno di patate.

INFORMAZIONI

- 2 persone
- **450Kcal** a porzione
- difficoltà **facile**
- pronta in **30 minuti**

INGREDIENTI

- 40 g di ketchup
- 20 g di Maionese
- Pepe nero macinato al momento
- 2 foglie di lattuga
- 1 pomodoro insalatato
- 2 svizzere di pollo
- 2 panini da hamburger al sesamo
- Sale fino
- Origano
- 2 sottilette

PREPARAZIONE

- Preparare una salsina miscelando accuratamente 3 cucchiaini di ketchup ed 1 di maionese. Unire una macinata di pepe.
- Lavare le due foglie di insalata, lavare il pomodoro ed affettarlo finemente.
- Portare una piastra in ghisa sul fuoco, farla scaldare, ungerla con un filo d'olio ed asciugarla bene con carta da cucina.
- Cuocere gli hamburger.
- Aprire una pagnottella al sesamo, passarla per qualche minuto sulla piastra in ghisa in modo da abbrustolire leggermente il lato con la mollica, quindi farcire l'hamburger.
- Sulla fetta di pagnottella di base spalmare la salsa, mettere una fetta di pomodoro, un pizzico di sale ed una manciata di origano, l'hamburger, la sottiletta, la foglia di lattuga, un altro po' di salsa, quindi chiudere con la fetta di pagnottella.
- Ripetere il procedimento per l'altro hamburger.

CONTORNO DI ABBINAMENTO IDEALE

Patate fritte, insalata mista.

STAGIONE

Giugno, luglio, agosto, settembre

AUTORE

Ricetta realizzata da Barbara Farinelli. Fotografia di Giovanni Caprilli. Tutti i diritti riservati.

