

Burgers aux galettes de légumes

Pour 6 burgers:

- 6 pains à burgers
- 2 carottes
- 1 courgette
- 1 oignon
- 2 oeufs
- 2 cs de farine
- 3 cs d'huile d'olive
- 1 cs de ciboulette
- 200 g de sauce tomate au basilic ou autre
- 4 cs de moutarde douce ou forte
- 6 tranches de gruyère ou 3 crottins de chèvre en tranches
- sel, poivre du moulin



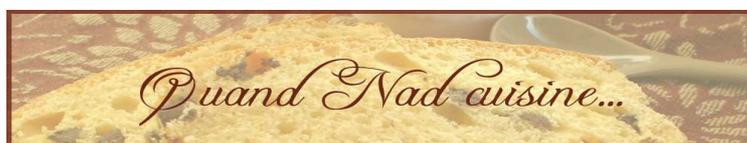
Laver et peler les légumes (ou pas pour la courgette). Les râper avec une râpe à gros trous. Emincer l'oignon.

Dans une poêle, faire chauffer 1 cs d'huile et y faire revenir l'oignon et les légumes râpés pendant 6 min à feu moyen, en mélangeant souvent. Saler et poivrer.

Allumer le gril du four.

Dans un saladier, battre les oeufs avec la farine, les herbes, le fromage râpé et les légumes. Faire chauffer le reste d'huile dans la poêle et déposer 6 petits tas de la préparation (procéder en deux fois si nécessaire). Laisser cuire à feu doux 3 min de chaque côté.

Couper les pains en deux. Tartiner les 6 moitiés inférieures de sauce tomate et les placer sur la plaque du four. Déposer dessus une galette de légumes et une tranche de gruyère (ou deux rondelles de chèvre). Glisser au four et laisser chauffer le temps que le fromage fonde. Glisser alors les moitiés supérieures des pains et les laisser dorer 1 min. A la sortie du four, les tartiner de moutarde et refermer les burgers. Servir aussitôt.



<http://quandnadcuisine.over-blog.com>