



Burger mode paleo

Un steak de boeuf, lamelles d'avocat, tomate, onion crisp, mayonnaise chipotle.



Mise en place

La veille au soir, mettre en décongélation en froid positif le steak de boeuf et les lamelles d'avocat.
Laver et couper la tomate en tranches.
Laver et préparer la romaine.
Eplucher et couper en rouelles l'oignon rouge.

Mise en oeuvre

Faire griller le steak sur une plancha chaude et légèrement huilée, selon la cuisson demandée.

Puis monter le burger :

- Les feuilles de romaine
- La tranche de tomate
- Le steak
- Les oignons rouges
- Les lamelles d'avocat
- Un trait de mayonnaise Chipotle
- La tomate
- Les pousses de poireaux

Frire aussitôt les haricots verts Cajun environ 2 minutes dans une huile à 180° et dresser l'ensemble.

Ingrédients	Code SDV	Poids Net
CHIPOTLE CREAMY SAUCE	7937	15 g
HARICOTS VERTS STYLE CAJUN	7179	0.03 pces
CRISPY ONIONS	3482	10 g
TRANCHES D'AVOCAT ORIGINE PEROU	7770	30 g
Steak haché		130 g
Oignons rouges		20 g
Salade romaine		20 g
Pousse de poireaux germes		5 g
Tomates grappes		50 g