

INGRÉDIENTS

1 Paquet de Sensational BBQ Burger
Garden Gourmet

1 avocat

1 oignon rouge

1 petite boîte de morceaux de maïs (ou 1
épi de maïs)

quelques feuilles de laitue

0.3 décilitre Crème sure, légère

2 pains plats (préparés ou faits maison)

jus de citron

assaisonnement (sel, poivre...)

1/2 échalote

1 jalapeno rouge

2 gants à l'ail

1/2 cuillère à café d'origan séché

50gr de persil frais

1.48 centilitres Vinaigre, vin rouge

6 centilitres Huile, olive, salade ou
cuisine

assaisonnement (sel, poivre...)



Besoin d'un déjeuner rapide et facile? Ce pain plat aux légumes et au sensational burger prend 5 minutes à préparer et égayera à coup sûr votre pause déjeuner.

PRÉPARATION

1. Préparation des légumes

Commencez par préparer tous vos légumes : lavez les légumes, émincez l'oignon rouge et l'avocat. Pour éviter l'oxydation de vos tranches d'avocat, vous pouvez y ajouter un peu de jus de citron.

2. Préparation de la garnitures

Dans un bol, mélangez votre maïs avec quelques épices et un peu d'huile d'olive. Laissez sur le côté.

3. Préparation de la sauce

Préparez la sauce chimichurri en hachant finement tous les ingrédients et en mélangeant le tout dans un bol.

4. Cuisson du burger

Cuire le Sensational burger selon la méthode de préparation indiquée sur le paquet. Mettre de côté.

5. Préparation du pain

Faites chauffer votre pain plat. Une fois chaud, étalez un peu de crème et ajoutez du sel et du poivre.

6. Préparation de l'assiette

D'un côté, placez vos feuilles de salade et le Sensational Burger. Ajoutez les tranches d'avocat et d'oignon rouge sur le dessus et terminez avec vos morceaux de maïs. Pliez le côté sans ingrédient de votre pain plat sur le dessus, versez un peu de sauce chimichurri et dégustez !

DÉCOUVRE D'AUTRES RECETTES SUR [GARDENGOURMET.CH/FR](https://www.gardengourmet.ch/fr)