

Un secondo diverso dal solito dove la carne si sposa con il sapore delle verdure.

Ingredienti:

aceto bianco q.b.
olio extravergine d'oliva q.b.
panini ai semi misti 4
patata 1
pepe q.b.
peperone verde 1
sale q.b.
Carne di manzo macinata 400 grammi
pomodori secchi sott'olio 12
cuore di lattuga 1
curcuma 1/2 cucchiaino
zafferano 1/2 bustina
zucchina tonda 2



Come si prepara l'hamburger con zafferano e verdure

- 1) Sciogli in un cucchiaino di acqua calda lo **zafferano** e impastalo con il manzo macinato, la curcuma, la patata schiacciata e sale e pepe. Con il composto ottenuto, forma **4 hamburger** e ungili sulle estremità con un filo d'olio.
- 2) Prosegui con la **preparazione degli hamburger con zafferano**. Affetta le zucchine e cuocile sulla piastra per circa 2 minuti, sia da un lato che dall'altro. Condiscile con un filo e con un pizzico di sale. Taglia il peperone pulito a fette, aggiungi un pizzico di sale e condisci con 2 cucchiari di aceto. A questo punto, lascialo marinare per 10 minuti.
- 3) In una padella, **cuoci i burger di manzo**. Nel frattempo, taglia a metà i panini, tostali e comincia a farcirli aggiungendola lattuga sfogliata, i pomodori secchi, i burger appena preparati, le zucchine grigliate e i peperoni all'aceto.
- 4) Chiudi tutto con uno stecco e servi in tavola i tuoi **hamburger con zafferano e verdure**.

HAMBURGER CON ZAFFERANO E VERDURE

