

BURGERS DE POULET ET FRITES DE PATATES DOUCES



Par

Kimberly Lallouz

Dans

**12. Garden-party
d'enfants**

INGRÉDIENTS :

- 0,5 kg de poulet haché
- 1/2 oignon blanc
- 2 gousses d'ail
- 3 cuillères à soupe de persil haché
- 1/2 cuillère à soupe de paprika
- 1 œuf
- 1 tasse de chapelure japonaise panko
- 4 pains hamburgers
- sel et poivre
- POUR LA MAYONNAISE AU BASILIC :
 - 1 botte de basilic
 - 2 tasses de mayonnaise (maison ou du commerce)
- POUR LES FRITES DE PATATES DOUCES :
 - 3 patates douces
 - huile de noix de coco
 - sel et poivre

RECETTE :


La mayonnaise au basilic :


1. Pour faire la mayonnaise, hacher finement le basilic. Dans un bol, l'incorporer à la mayonnaise et remuer pour bien mélanger.

Les hamburgers :

1. Préchauffer le BBQ à 315°C.
2. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients avec vos mains. Former les galettes et les déposer directement sur le BBQ.
3. Trancher les pains en deux et les faire griller. Fermer le couvercle et s'assurer que le poulet est bien cuit avant de retirer les galettes du BBQ.

PRÉPARATION :

 45 minutes

 4 personnes

4. Garnir d'une tranche de fromage, d'avocats, de poivrons rôtis, laitue, tomate, cornichon et de mayonnaise au basilic.

Les frites de patates douces :

1. Préchauffer le BBQ à 315°C.
2. Couper les patates douces en quartiers.
3. Mélanger les quartiers de pommes de terre douces avec l'huile de coco, le sel et le poivre. Griller sur le BBQ à feu moyen-élevé jusqu'à ce que les patates soient bien dorées et croustillantes des deux côtés.

Variante pour les adultes : ajouter 1 cuillère à café de romarin, 1 cuillère à café de paprika et 1/2 cuillère à café d'épices à steak de Montréal. Arroser d'un filet d'huile d'olive et d'un peu de jus de citron.

Servir chaud !