



Tartines et sandwiches

Burger maison de porc aux carottes



3h25 30 min 25 min 2h30 744

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Étape 1

Préparation des buns

- 1 Dans un saladier, mélanger la farine, le sucre et le sel.
- 2 Faire tiédir légèrement l'eau et le lait, ajouter la levure. Laisser reposer pendant 10 minutes.
- 3 Verser l'eau, le lait, la levure et l'huile dans le saladier.
- 4 Mélanger les ingrédients à la main pendant environ 5 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien incorporés.
- 5 Pétrir la pâte pendant environ 10 minutes.
- 6 Le bon geste : étirer, rabattre et malaxer la pâte, étirer, rabattre et malaxer... Elle doit devenir lisse, élastique et brillante.
- 7 Le pétrissage peut être un peu fastidieux. Ne pas hésiter à utiliser un batteur sur socle muni d'un crochet pétrisseur, ou une MAP (machine à pain) en sélectionnant le programme adapté.
- 8 Couvrir le saladier d'un torchon humide, puis laisser reposer à température ambiante pendant 1 heure 30.
- 9 Ecraser la pâte avec les poings pour évacuer le gaz qu'elle contient.
- 10 Couper la pâte en autant de parties égales que de convives, les façonner en boules.

Ingrédients
pour 4 personnes

Ingrédients pour les buns

250 g **Farine**
75 ml **Lait demi-écrémé**
60 ml **Eau**
12 g **Levure de boulanger**
1 c. à soupe **Huile d'olive**
0.5 c. à café **Sel**
0.5 c. à soupe **Sucre semoule**
1 c. à soupe **Graines de moutarde**

Ingrédients pour le porc aux carottes

300 g **Echine de porc**
300 g **Carotte(s)**
1 unité(s) entière(s)
Oeuf(s) entier(s)
2 **Echalote(s)**
1 c. à soupe **Graines de moutarde**
1 **Sel**
1 **Poivre**

- 11 Doubler une plaque à pâtisserie d'une feuille de papier sulfurisé.
- 12 Déposer les pâtons sur la plaque.
- 13 Humidifier une feuille de papier absorbant. Tamponner délicatement la surface des petits pains avec de l'eau, puis les saupoudrer de graines de moutarde.
- 14 Les recouvrir du torchon humide. Laisser de nouveau reposer pendant 1 heure à température ambiante.
- 15 Préchauffer le four à 240°C (Th.8) pendant environ 20 minutes avant la fin du temps de repos.
- 16 Enfourner puis baisser la température du four à 200°C (Th.6-7).
- 17 Cuire les petits pains pendant 15 minutes.

Étape 2

Préparation des burgers au porc et aux carottes

- 1 Eplucher et émincer finement les échalotes.
- 2 Eplucher et râper finement les carottes.
- 3 Dans la poêle, faire chauffer l'huile.
- 4 Ajouter les échalotes et les carottes râpées. Les faire revenir pendant 3 minutes sans cesser de les mélanger, elles ne doivent pas colorer.
- 5 Mixer l'échine de porc.
- 6 Dans un saladier, battre l'oeuf.
- 7 Ajouter la viande hachée, la préparation aux carottes, les graines de moutarde, le sel et le poivre.
- 8 Mélanger à la main, puis former des galettes de tailles identiques.
- 9 Réserver au frais jusqu'à la cuisson.

Étape 3

Préparation de la sauce

- 1 Dans un bol, mélanger la moutarde et le jaune d'oeuf à l'aide d'une fourchette ou d'un fouet.
- 2 Incorporer l'huile en filet, pour monter une mayonnaise.
- 3 Ajouter la crème fraîche et mélanger.
- 4 Eplucher et émincer finement l'échalote.
- 5 Emincer finement les cornichons en petits dés.
- 6 Mélanger la sauce avec l'échalote et les cornichons.

Étape 4

Cuisson des burgers de porc aux carottes

- 1 Dans la poêle, faire chauffer l'huile.
- 2 Lorsqu'elle crépite, ajouter les burgers.
- 3 Les laisser cuire pendant 5 minutes de chaque côté, les retourner souvent pour qu'ils ne brûlent pas.

Étape 5

Dressage

1 c. à soupe **Huile d'olive**

Ingrédients pour la sauce façon tartare

1 unité(s) entière(s)
Jaune(s) d'oeuf
 1 c. à soupe **Moutarde**
 5 cl **Huile de colza**
 5 cl **Crème allégée**
 4 **Cornichon**
 1 **Echalote(s)**

Ingrédients pour le dressage

1 **Salade(s)**
 1 **Tomate(s)**

Ingrédients pour la cuisson

1 c. à soupe **Huile d'olive**

- 1 Laver la salade.
- 2 Couper les tomates en fines rondelles.
- 3 Couper les buns en 2.
- 4 Sur la partie inférieure du petit pain, étaler 1 cuillère à soupe de sauce.
- 5 Poursuivre le montage en ajoutant quelques feuilles de salade, quelques rondelles de tomates, le burger chaud, une nouvelle cuillère à soupe de sauce et refermer avec la partie supérieure du bun.
- 6 Servir sans attendre.