

Hamburguesas fáciles

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Guarnición

Lechuga: Cantidad necesaria

Zucchini: 2 Unidades

Tomate: 1 Unidad

Pimientos en lata: 2 Unidades

Hamburguesas

Sal: A gusto

Aceite De Oliva: Cantidad necesaria

Carne picada magra: 1/2 k

Cebolla: 1 Unidad

Ajo: 1 Diente

Trigo burgol remojado: 150 g

Mayonesa saborizada

Ajo picado: 1/2 cdita.

Eneldo: 1 cda.

Sal y Pimienta: A gusto

Mayonesa: 200 g

Pan de pizza

Sal: 1 cdita.

Agua: Cantidad necesaria

Harina: 700 grs.

Sal gruesa: A gusto

Levadura fresca: 30 grs.

Aceite De Oliva: 1 cda.

Preparación de la Receta

Hamburguesas

- Pele y ralle la *cebolla*.
- Pele y pique el *ajo*.
- En un bowl mezcle, la carne, el trigo, sal, el *ajo* picado, la *cebolla* rallada y trabaje con las manos hasta lograr una pasta lisa.
- Arme esferas y aplaste con las manos.
- En una *plancha* o grill bien caliente con aceite de oliva cocine las hamburguesas de ambos lados.

Pan de pizza

- En un bowl coloque la *harina* tamizada, en el centro, coloque la *levadura* y el aceite.
- Agregue la sal por fuera e incorpore el agua poco a poco (aproximadamente 300 cc) hasta lograr una masa lisa.
- Amase unos minutos, deje reposar tapada con papel film hasta que duplique su volumen
- Estire con palote y extienda, en una placa para horno, previamente aceitada con ayuda de los dedos, deje un espesor de aproximadamente 0,5 cm de ancho
- Tape con un lienzo y deje levar en un lugar tibio hasta duplicar el volumen.
- Realice huecos con los dedos sobre la masa y añada sal gruesa y aceite de oliva.
- Lleve al horno precalentado a 200° C, por 15 a 20 minutos aproximadamente.

Guarnición

- Corte los zucchinis en rodajas finas
- Pele y pique el *ajo*.
- Corte los tomates en rodajas finas.
- Limpie la *lechuga* y reserve.
- En una sartén con aceite de oliva saltee el *zucchini* con el *ajo*.

Mayonesa saborizada

- Pique el *eneldo*.
- En un bowl mezcle la *mayonesa* con *ajo* picado, sal, pimienta y *eneldo*.

Presentación

- Una vez frío corte el pan en rectángulos y abra al medio
- Unte con la *mayonesa* saborizada y arme las hamburguesas combinando zucchinis grillados, rodajas de *tomate*, hojas de *lechuga*, pimientos, etc.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/hamburguesas-2>