

Toute l'année

Julienne burger

Spécial enfants



Julienne burger

Préparation: 20 minutes

Cuisson: 4 minutes

Pour 4 personnes: 4 pains à hamburger,
700 g de filet de julienne sans la peau,
75 g de féculé de maïs, sel, poivre du moulin,
2 tomates, 1 oignon doux, 1 cœur de laitue,
mayonnaise ou sauce tartare, le jus d'1 citron,
huile de friture



- Détaillez la laitue, lavez-la et essorez-la. Pelez l'oignon et coupez-le en fines tranches, détaillez les anneaux et mettez-les dans un bol d'eau froide avec 1 cuillerée à café de sel. Lavez les tomates et coupez-les en tranches.
- Coupez la julienne en grosses lanières, salez et poivrez. Mettez-la dans un sac plastique avec la féculé de maïs et remuez bien pour enrober le poisson.
- Ouvrez les pains et faites-les légèrement griller au grille-pain.
- Faites frire la julienne à l'huile très chaude jusqu'à ce qu'elle soit dorée, 4 minutes environ et égouttez-la sur du papier absorbant.
- Montez les burgers tout de suite dans l'ordre suivant: pain, sauce, poisson, quelques gouttes de jus de citron, tomates, oignon égoutté et pain. Servez aussitôt.



PAVILLON FRANCE est la marque des produits de la pêche française: plus de 200 espèces de poissons, coquillages et crustacés qui varient au rythme des saisons. Du bateau à l'assiette, c'est simple de savourer les produits de la pêche française avec Pavillon France.

www.pavillonfrance.fr



Vous pouvez remplacer
le pain par des pitas
réchauffés au grille-pain.



La marque des produits
de la pêche française