



Burger végété à la parmigiana



Temps de préparation

30 min à 1h



Difficulté

Moyenne



Ingrédients

1 aubergine (grande)
1 œuf
60 grammes de parmesan (râpé)
60 grammes de panko
huile d'olive
4 pains hamburger
1 petit bocal de pesto (frais)
1 petit sachet roquette
250 grammes mozzarella (en tranches)
3 brins de basilic
1 tomate (cœur de bœuf, en rondelles)

Méthode de préparation

- 1.** Coupez 4 rondelles épaisses d'aubergine (gardez éventuellement le reste pour le gratin de vendredi). Faites chauffer une grande poêle sans matière grasse à feu vif pendant 5 minutes. La poêle doit être brûlante. Déposez les tranches d'aubergine dans la poêle et laissez-les dorer pendant 3 minutes de chaque côté. Vous leur donnerez ainsi un goût fumé. Laissez-les refroidir. Retirez la poêle du feu.
- 2.** Dans une assiette, fouettez l'œuf. Mélangez le parmesan et le panko dans une autre assiette. Retournez chaque tranche d'aubergine dans l'œuf et ensuite dans le mélange au parmesan. Laissez-les reposer sur une planche à découper pour laisser la panure se figer.
- 3.** Remettez la poêle sur le feu et ajoutez un généreux filet d'huile d'olive. Faites cuire les aubergines à l'huile, 1,5 minute de chaque côté.
- 4.** Badigeonnez légèrement l'intérieur des petits pains à hamburger avec du pesto et garnissez-les de roquette. Ajoutez une tranche d'aubergine et garnissez-la de mozzarella, de basilic et de tomates. Servez immédiatement.