

CANNAMELA

Burger con salsa cajun, verdure grigliate e formaggio



Ingredienti

- 4 panini da burger
- 4 burger di manzo
- Ingredienti per salsa cajun
- 35g burro
- 10g farina
- 50g acqua
- 180g pomodori freschi
- 1 cucchiaio colmo cajun condimento CANNAMELA
- Altri ingredienti
- 4 fette formaggio
- 8 falde di peperoni gialli
- 2 zucchine
- qb sale
- 20 g olio extravergine d'oliva

 Porzioni 4 persone	 Portata Piatto unico
 Tempo 30 minuti	 Difficoltà Facile
 Cottura Alla griglia, In padella	 Kcal per persona 523.25*

* Calorie calcolate da Quadò Editrice Srl (software Easydiet aggiornamento 2007)

I nostri partner

DOLCI CUCINA



Preparazione

- 1** Salsa cajun: porre il burro in una padella su fiamma bassa. Mescolarvi la farina e fare cuocere fino ad ottenere la farina di color nocciola chiaro. Aggiungere Cajun condimento CANNAMELA e mescolare brevemente.
- 2** Versare i pomodori cubettati e l'acqua. Cuocere la salsa per 30 min e controllare di sale.

3 Affettare le zucchine e grigliarle. Grigliare anche le falde dei peperoni.

4 Condire le verdure con un filo d'olio e sale.

5 Cuocere sulla griglia calda i burger, poi salarli.

6 Scaldare i panini divisi a metà e farcirli con le verdure grigliate.

7 Completare con la carne, il formaggio e la salsa.

8 Passare in forno caldo per 5/6 min.