

# Burger Maison

pour 2 personnes

## Ingrédients :

### **Pain Burger :**

- 80 gr de fromage blanc 3%.
- 20 gr d'huile d'olive.
- 70 gr de farine semi-complète.
- 10 gr de levure.
- 5 gr de sel.
- 10 gr de graines de sésame.
- 10 gr de graines de pavot.
- Jaune d'oeufs.

### **Accompagnements :**

- 2 steaks hachés.
- Oignon rouge.
- 2 tranches de cheddar.
- une tomate.
- De la salade.
- De la sauce à votre goût. ( mayo, burger ... ).
- de l'huile d'olive.
- Sel et poivre.

## Préparation :

le pain burger :

- Mélangez l'ensemble des ingrédients dans l'ordre de la liste ci-dessus.
- Formez une boule de pâte homogène.
- Badigeonnez d'un jaune d'oeuf puis couvrir de graines de votre choix.
- Cuire le petit pain 25 minutes à 190°C.
- Après cuisson coupez votre pain burger en deux.
- Faites cuire votre steak haché avec ou sans le fromage.
- Montez votre burger avec la sauce, tomates, salades, viandes ....

## Astuces :

- Accompagnez de pommes de terre rôties ou de frites et d'une salade verte.