

GranBauletto con gli amici

DOSI PER: 1 persone DIFFICOLTÀ: media PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 10 min COSTO: elevato

REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



Il GranBauletto con gli amici: un panino che farà sciogliere anche il più ingessato dei vostri amici! Il GranBauletto al grano tenero e farro è l'ideale per contenere un mastodontico hamburger di scottona, cipolle caramellate ed una maionese davvero aromatica.

Difficile non macchiarsi e sbradolarsi...ma tra amici tutto è consentito!

INGREDIENTI

GRANBAULETTO AL GRANO TENERO E

FARRO 2 fette

HAMBURGER di scottona - 250 gr

CIPOLLE 1

ZUCCHERO GREZZO DI CANNA ½

cucchiari da tavola

OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO) 8

cucchiari da tavola

SALE

PER LA MAIONESE ALLO ZENZERO

MAIONESE 100 gr

YOGURT GRECO 30 gr

SUCCO DI LIME 20 ml

PASTA DI ZENZERO 1 cucchiaino da tè

PER SERVIRE

CETRIOLINI SOTTACETO 2

PREPARAZIONE

- 1 Affettate sottilmente la cipolla e trasferitela in una ciotola. Conditela con un giro d'olio extravergine d'oliva, coprite la ciotola con due fogli di pellicola trasparente e cuocete in forno a microonde per 6 minuti alla massima potenza.



- 2 Unite alla maionese lo yogurt greco, la pasta di zenzero ed il succo di lime e mescolate.



3 Una volta cotte, prendete le cipolle dal forno a microonde, togliete la pellicola e trasferitele in padella insieme allo zucchero di canna e ad un pizzico di sale. Lasciatele cuocere per 5 minuti per caramellarle a dovere.





4 A questo punto, scaldate molto bene una padella con un bel giro d'olio extravergine d'oliva.

Quando l'olio è ben caldo, unite l'hamburger di scottona e lasciatelo cuocere per 5 minuti per lato (riducete i tempi di cottura se preferite un risultato più "al sangue").

Al termine della cottura salatelo e passatelo su di una griglia rovente per ottenere la tipica rigatura per un minuto per lato.





5 Componete, ora, il vostro panino da gustare in compagnia dei vostri amici.

Spalmate un velo di maionese allo yogurt, zenzero e lime su di una fetta di pane tostata (a piacere su di una griglia o in un tosta pane).

Distribuite uno strato di cipolle, quindi adagiatevi sopra l'hamburger di scottona.

Spalmate un velo di maionese anche sulla seconda fetta di pane tostata e chiudete il panino.



