

SECONDI PIATTI

Hamburger di pollo e rucola

LUOGO: [Europa](#) / [Italia](#)

DOSI PER: [2 pezzi](#) DIFFICOLTÀ: [molto bassa](#) PREPARAZIONE: [10 min](#) COSTO: [basso](#)

REPERIBILITÀ ALIMENTI: [molto facile](#)



Se sei alla ricerca di una **deliziosa alternativa** agli [hamburger tradizionali](#), devi provare questi irresistibili **Hamburger di Pollo e Rucola**! Questa **gustosa combinazione** è davvero **golosa e fresca**. Con soli **pochi ingredienti semplici**, pieni di gusto, potrai preparare facilmente questi **hamburger fatti in casa** che renderanno indimenticabile ogni morso. La delicatezza del **pollo macinato** ci sta benissimo con il **sapore amarognolo** della **rucola** e al **sapore** del **Parmigiano grattugiato**.

Segui la nostra ricetta passo passo e porta in tavola questo meraviglioso secondo piatto fatto con le tue mani!

Prova anche queste ricette:

[Hamburger con bacon](#)

[Hamburger con formaggio](#)

[Hamburger di pollo](#)

[Hamburger vegetariano](#)

INGREDIENTI

MACINATO DI POLLO 360 gr

PARMIGIANO REGGIANO 20 gr

ERBETTE MISTE essiccate -

RUCOLA FRESCA 20 gr

SALE FINO

PEPE NERO

PREPARAZIONE

- 1** Inizia lavando accuratamente la rucola e asciugandola con delicatezza, poi mettila su un tagliere e tritala grossolanamente utilizzando un coltello ben affilato.





2 Prendi una ciotola e metti all'interno il macinato di pollo, il Parmigiano grattugiato, un pizzico di sale e pepe, e infine, l'erba cipollina o le erbe aromatiche secche che preferisci. Mescola bene il tutto con le mani, in modo da distribuire uniformemente gli ingredienti e ottenere un composto ben amalgamato.





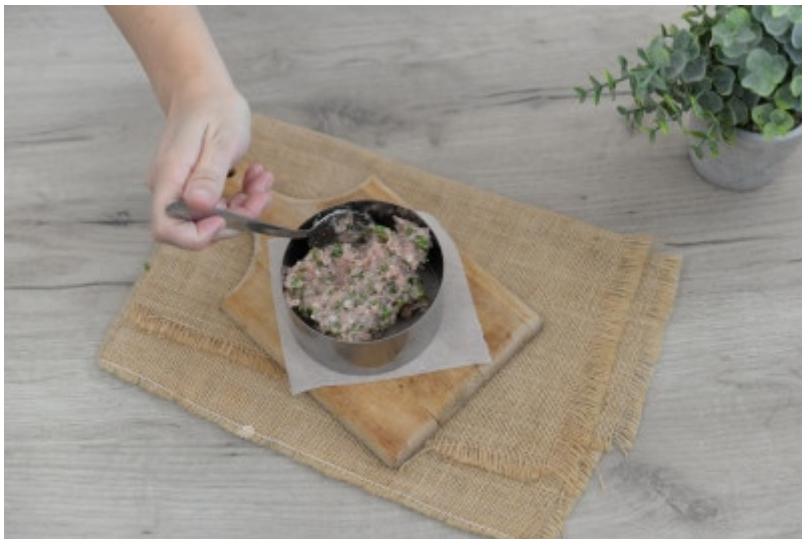


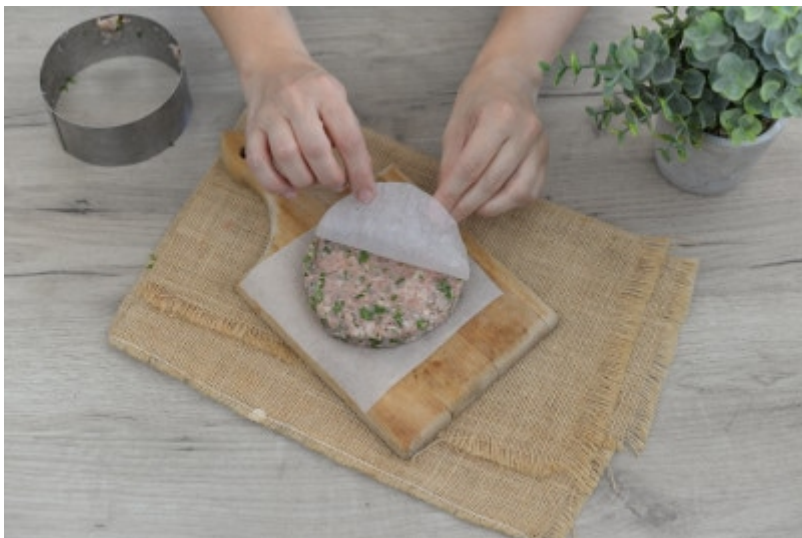
3 Aggiungi, infine, anche la rucola tritata e impastala con la carne.





- 4 Prendi metà del macinato di pollo preparato e posizionalo all'interno del coppa pasta sulla carta forno, copri con un tondo di carta forno perché la carne di pollo è molto delicata e più appiccicosa rispetto alla carne di vitello e maiale. Ora, se non hai un batticarne, puoi utilizzare il fondo di un bicchiere per pressare bene il composto all'interno del coppa pasta, in modo da ottenere una forma compatta e regolare per l'hamburger.





5 Rimuovi delicatamente il coppa pasta e procedi allo stesso modo per creare il secondo hamburger. Questo passaggio è importante per garantire che i nostri hamburger mantengano una forma perfetta durante la cottura.

Adesso puoi cuocere gli hamburger su una griglia ben calda o in una padella antiaderente

con un filo d'olio, fino a quando saranno dorati e ben cotti all'interno.