



BURGERY Z ŁOSOSIA Z SOSEM MANGO I OGÓRKIEM Z KOLENDRĄ

czas przygotowania
60 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŚREDNI

SKŁADNIKI:

MOWI PURE Świeża porcja
2 szt.
bułka maślana – 2 sztuki
szalotka – 1 łyżeczka
trawa cytrynowa – 1 łyżeczka
sos ostrygowy – ½ łyżeczki
kolendra – 1 łyżeczka
panko – 1 łyżka
pomidor – 2 łyżki
pulpa mango – 3-4 łyżki
ogórek julienne
olej sezamowy – 1 łyżka

orzeszki nerkowca – 1 łyżka
mąka (typ 550) – 300 g
drożdże instant 1 łyżeczka
woda ciepła – 200 ml
mleko w proszku – 1 łyżka
smalec wieprzowy – 1 łyżka
cukier – 3 łyżki
soda – ½ łyżeczki
proszek do pieczenia
– ½ łyżeczki
sól, pieprz



Na dzisiejszym spotkaniu z łososiem oMOWI my temat burgerów. Pokażemy Wam jak łatwo zrobić domowe burgery z soczystego łososia MOWI, które dzięki jego niezwykłym właściwościom będą smaczne i zdrowe. Już nasza w tym ryba!

Znajdziecie tu sprytne rozwiązania idealne na mniejszy i większy głód. Pierwsza opcja to mini burger – przekąska w bułce Waszej roboty, czyli imponująca przystawka doskonała na imprezowy stół. Druga wersja to burger w klasycznej bułce maślanej – większa, obiadowa porcja. Zaczynamy!

SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

Podstawą każdego burgera jest kotlet. Dodatki powinny mu dorównać i zaraz sprawicie, że tak będzie, no ale najpierw kotlety – ze świeżego łososia MOWI.

1. Dwie porcje świeżego łososia MOWI drobno siekamy ostrym nożem, jak na tatara. Wrzucamy do miski i dodajemy: łyżkę panierki panko, łyżeczkę świeżej posiekanej kolendry, łyżkę posiekanych orzechów nerkowca, łyżeczkę posiekanej w kostkę szalotki, pół łyżeczki sosu ostrzygowego i po szczypcie soli i pieprzu. Całość dokładnie mieszamy.
2. Naczynie żaroodporne smarujemy na dnie olejem sezamowym, a następnie formujemy w nim dwa kotlety z posiekanego łososia. Możecie użyć specjalnych kuchennych foremek albo ręcznie ulepić dwa płaskie kółka. W obu przypadkach dopasujcie mniej więcej ich rozmiar do bułek. Pieczemy 10 minut w 180°C.
3. Burgerowy sos z mango zrobimy w małej miseczce. Wrzucamy do niej 2 łyżki posiekanego pomidora, łyżeczkę posiekanego szczypiorku, około 3-4 łyżek pulpy mango i mieszamy. Teraz możemy się już zabierać za składanie burgerów.
4. Bułkę maślaną przecinamy na dwie części, obie smarujemy sosem mango. Na dolną połówkę kładziemy łososia MOWI, na nim układamy ogórki julienne, na których kładziemy gałązkę kolendry i nakrywamy drugą częścią bułki. Taka kolejność sprawdzi się też przy mniejszych bułkach z pary. Gotowe!

Przygotowanie mini bułeczek do burgerów:

1. Do burgera na mniejszy głód będziemy potrzebować domowych bułek gotowanych na parze, poświęćmy im teraz chwilę. Do średniej miski wsypujemy 300g mąki typu 550, łyżkę mleka w proszku, 3 łyżki cukru, łyżeczkę drożdży instant, pół łyżeczki sody, pół łyżeczki proszku do pieczenia, jedną łyżkę smalcu wieprzowego i dolewamy 200 ml ciepłej wody. Mieszamy do uzyskania jednolitej masy i odstawiamy ciasto do wyrośnięcia na 20 minut.
2. Przekładamy na deskę i posypujemy niewielką ilością mąki, żeby się nie kleiło. Wałkujemy lekko, do uzyskania w miarę grubego ciasta o powierzchni 4 kółek, którymi wytniecie bułeczki (możecie też zrobić to szklanką).
3. Górną część naczynia do gotowania na parze smarujemy olejem sezamowym i układamy na nim kółka wycięte z ciasta, każde z nich to połowa naszej bułeczki. Gotujemy ok. 15-20 minut i gotowe!