Grillowane burgery z indyka

Składniki

	Grillowane burgery z indyka – kotleciki
400g	mięso mielone z indyka
1	jajko
	łyżka musztardy
50 g	cebula
10 g	czosnek
30 g	oliwa z oliwek
	sól
	pieprz
	papryka wędzona
	Grillowane burgery z indyka – guacamole
1	miękkie awokado
5 g	czosnek
2	łyżki soku z limonki
	sól
	Grillowane burgery z indyka – dressing kolendrowy
100 g	jogurt naturalny
15 g	świeża kolendra
	łyżka musztardy
	sól
	pieprz
	Grillowane burgery z indyka – pozostałe
	okrągłe bułki żytnie
80 g	hummus
50 g	kozi ser (rolada)
50 g	burak marynowany
50 g	rukola
	kolendra

Przygotowanie:

1. Cebulę i czosnek drobno siekamy. Mięso mielone z indyka mieszamy z jajkiem, musztardą, oliwą, posiekaną cebulą i czosnkiem. Za pomocą prasy do hamburgerów marki Weber, formujemy kotleciki. Dzięki niej mają idealny kształt, a każdy kotlecik jest identyczny.

2. Następnie grillujemy mięso (około 4 minuty z każdej strony). 2 minuty przed ściągnięciem mięsa z grilla, umieszczamy na ruszcie plasterki buraka oraz bułki przekrojone na pół – będą bardziej chrupiące.

3. W międzyczasie przygotowujemy guacamole oraz sos kolendrowy do burgera z burakiem. Obrane, miękkie awokado blendujemy z przeciśniętym przez praskę czosnkiem, sokiem z limonki i szczyptą soli.

4. Aby przygotować sos do burgera z hummusem, łączymy jogurt z posiekanymi listkami kolendry, miodem, musztardą oraz przyprawami.

5. Po zgrillowaniu składników zaczynamy tworzyć burgera z indyka. Spód bułki smarujemy hummusem, następnie kładziemy rukolę. Układamy kotlecika, plaster buraka oraz plaster koziej rolady. Wierzch dekorujemy listkami kolendry. Grillowanego burgera z indyka zamykamy drugą połową bułki oraz spinamy za pomocą wykałaczki, aby całość została nienaruszona. Burgera z indykiem podajemy z dressingiem kolendrowym.