



Recette réalisée par  
**DAVID GRILLET**  
Chef Exécutif du Groupe Rougereau

# Veggie burger



TEMPS DE PRÉPARATION  
**15 MIN**



TEMPS DE CUISSON  
**4 MIN**

## Ingrédients :

*pour 4 personnes*

4 Pains bun brioché (**247618**)  
40 gr Maïs en grains (**300209**)  
1 Avocat  
Pm Piment d'Espelette (**203336**)  
2 g Coriandre (**252221**)  
4 Steaks de soja et blé (**245009**)  
1/2 Courgette  
1 Tomate  
1/2 Oignon rouge

Pm sel, poivre

## Préparation

Égoutter le maïs puis le mixer au blender pour obtenir une purée fine.

Trancher l'avocat et la courgette en fines lamelles, ainsi que la tomate et l'oignon rouge.

Hacher la coriandre.

Cuire les steaks de soja à la poêle 2 mn de chaque côté.

Ouvrir le pain à burger en 2, griller les faces intérieures sous la salamandre, commencer le montage par la base, dans l'ordre y déposer : le pain, la purée de maïs, les tranches d'avocat, assaisonner de piment d'Espelette et coriandre, le steak de soja, courgette, tomate, oignon, sucrine, la sauce soja puis le chapeau du burger.

Servir.

