

Hamburgers de betterave au saumon fumé

Entrée



Note : 1

Portions :4 parts

Difficulté : 1

Temps de préparation :5 min

Temps de cuisson/repos :5 min

Calories par portion : 253 Kcal

Charge glycémique par portion: 2.47

Les ingrédients

- 2.0 u Betterave cuite
- 150.0 gr Saumon fumé
- 2.0 u Mozzarella
- 1.0 cs Huile d'Olive
- 1.0 cc vinaigre balsamique
- 1.0 p Sel

Préparation des betteraves : épluchez les et coupez les en rondelles.

Faire de même avec les mozzarella et les tranches de saumon fumé.

Dans des assiettes individuelle, dressez les hamburger de betteraves en alternant une tranche de betterave, de saumon et de mozzarella.

Laissez reposer une dizaine de minutes au frais.

Pendant ce temps, préparez la vinaigrette en mélangeant rapidement l'huile et le vinaigre.

Servir les hamburgers de betterave au saumon et mozzarella accompagné de la vinaigrette.