

Recette créée par
Directeur Culinaire François Desroches



ingrédients

1 contenant de 225 g de salade de betteraves jaunes et quinoa de **Fontaine Santé**

2 œufs

125 ml (1/2 tasse) de chapelure Panko

125 ml (1/2 tasse) de parmesan, râpé

125 ml (1/2 tasse) de mayonnaise

15 ml (1 c. à table) de cari de Madras

2 pains briochés à hamburger

1 mangue, tranchée finement

3 radis, tranchés finement

Micropousses, au choix

Hamburger Végé, mangue et mayonnaise au cari

méthode

- 1- Dans un grand bol, mélanger la salade de betteraves et quinoa avec les œufs, la chapelure Panko et le parmesan. Poivrer généreusement et former des galettes.
- 2- Dans une grande poêle antiadhésive chaude et huilée, colorer les galettes pendant quelques minutes. Déposer au four et poursuivre la cuisson pendant 15 minutes.
- 3- Dans un petit bol, mélanger la mayonnaise et le cari. Réserver.
- 4- Sortir les galettes du four et les déposer sur les pains. Ajouter la mayonnaise, les tranches de mangues et de radis. Parsemer de micropousses et servir aussitôt.

SUIVEZ NOUS SUR



tableedeschefs.org

UNE INITIATIVE DE



La Tablée
des Chefs
15^e anniversaire

INSPIRÉE PAR

