

Le beau bûcheron

Allons donc batifoler dans les bois, à l'ombre des grands chênes... N'est-il pas temps de faire tomber cette chemise en flanelle et de se rouler nu dans les champignons, aussi sauvages que notre désir ? Oui, mon burger est imposant, mais je te garantis que ça va faire *TIMBER* dans ta bouche !

Ingrédients • 20 g de ketchup • 2,5 ml de whisky tourbé
• 5 g de ciboulette fraîche • 100 g d'oignon jaune
• 15 ml de sirop d'érable • 50 g de pleurotes • 5 g de margarine
• Sel fin • 2 steaks végétaux (2 x 80 g)
• 1 bun aux céréales • 1 salade feuille de chêne

PRÉPARATION

Dans un bol, mélanger le ketchup, le whisky et la ciboulette ciselée finement. Émincer l'oignon et faire cuire dans une petite casserole avec un peu de matière grasse à feu vif. Quand les morceaux sont translucides, verser le sirop d'érable et réduire le feu au minimum, et laisser confire le temps de préparer le reste. Tailler les pleurotes en lamelles et faire saisir à la poêle à feu vif, dans une margarine bien mousseuse. Cuire 2 minutes, puis saler. Réserver.

Faire cuire les steaks à la poêle et passer le bun coupé en deux au toasteur.

ASSEMBLAGE

Déposer un beau tas de feuilles de salade sur la moitié inférieure du bun. Placer un steak et le confit d'oignon. Recouvrir avec le second steak et les pleurotes. Napper avec le ketchup au whisky et refermer le bun.