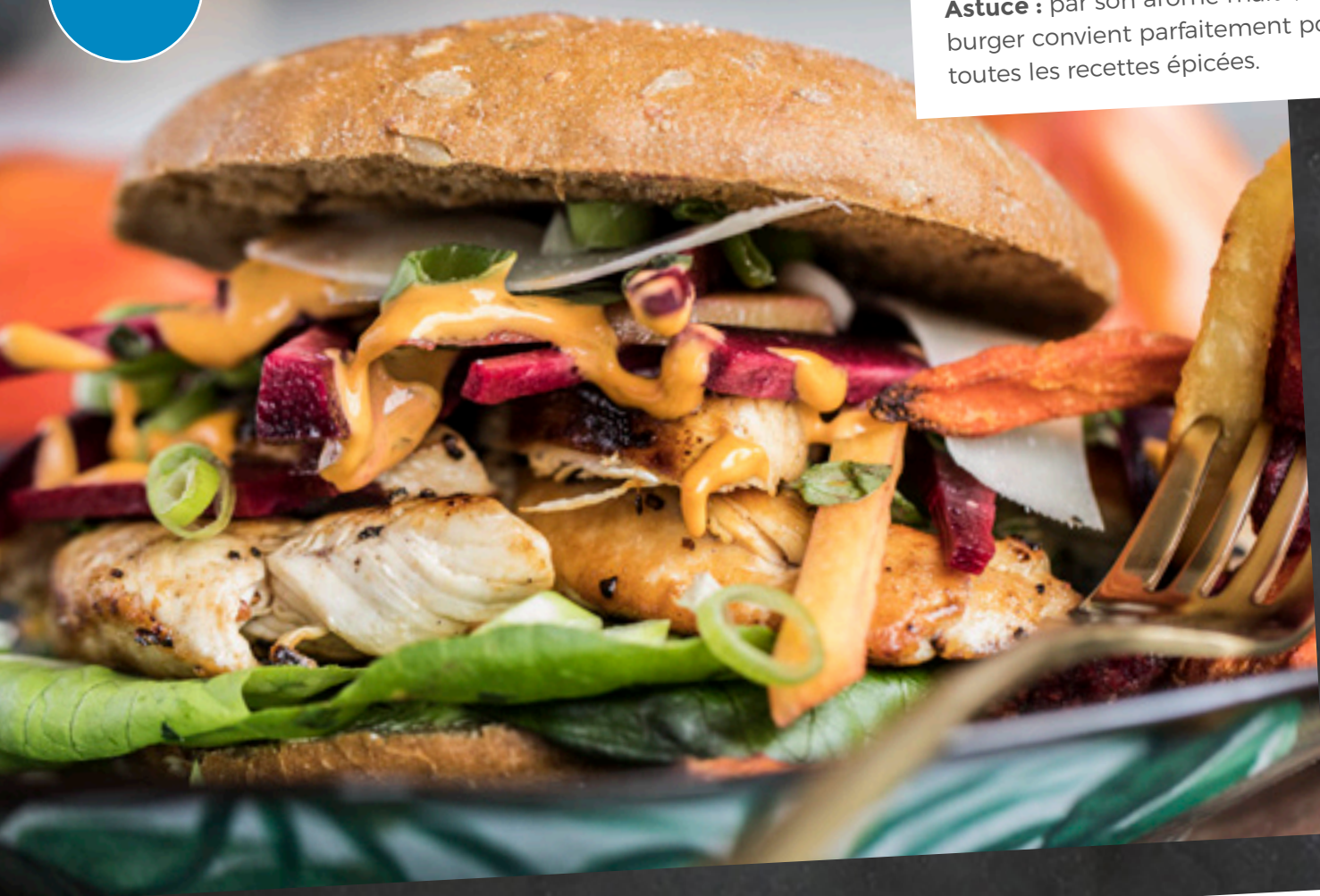


**Astuce :** par son arôme malté, ce burger convient parfaitement pour toutes les recettes épicées.



## Happy Burger au poulet et frites de légumes

Pour 10 burgers :

.....  
**10 Happy Burger, Art. n° 2265**  
**10 filets de poulet d'env. 120 g**  
**400 g épinards**  
**5 carottes, en lamelles**  
**5 betteraves rouges, en lamelles**  
**5 patates douces, en lamelles**  
**4 oignons verts, en rondelles**  
**200 g parmesan**  
**200 g sauce burger, au choix**  
**un peu d'huile d'olive, sel et**  
**poivre**  
 .....

- ❶ Décongeler les pains burgers, trancher dans le sens de la longueur et griller légèrement les parties tranchées dans un grill ou une poêle. Griller les filets de poulet avec un peu d'huile pendant une minute à feu vif, puis terminer la cuisson à feu moyen.
- ❷ Saler et poivrer les lamelles de légumes puis les parsemer d'un peu d'huile. Garnir le pain burger de feuilles d'épinard, de quelques lamelles de légumes, d'un filet de poulet, de parmesan et d'oignons verts. Recouvrir de sauce et enfin de la partie supérieure du pain.
- ❸ Cuire le restant des lamelles au four pendant 20 min. à 200 °C pour en faire des frites de légumes.