

Saveurs et découvertes

lunes, febrero 05, 2007

Burgers aux haricots blancs et aux deux fromages

(Source : *Guide Cuisine*, 8-3)

4-6 portions

2 tasses de haricots blancs cuits ou 1 boîte de 19 oz (540 ml) de haricots blancs, rincés et égouttés

2 jaunes d'œuf (1 œuf pour moi)

1 c. soupe de flocons d'oignons déshydratés

1 c. thé de poudre d'ail (2 gousses d'ail écrasées pour moi)

2 c. soupe (30 ml) de sauce Worcestershire (je trouvais ça beaucoup, j'en ai mis qu'une)

2 c. thé (10 ml) d'herbes de Provence moulues

4/5 tasse (200 ml) de cheddar moyen râpé (Perron deux ans pour moi, un peu plus)

1/2 tasse (125 ml) de parmesan frais râpé

2/3 tasse (160 ml) de chapelure (je n'ai pas calculé, mais sûrement beaucoup moins)

1 c. soupe (15 ml) de beurre

1 c. soupe (15 ml) d'huile (de pépins de raisin pour moi)

1/2 poivron rouge haché

1 blanc de poireau haché

1 tasse (250 ml) de champignons blancs nettoyés et hachés (pas mis !)

Mettre les haricots dans un bol à fond plat, puis les piler vigoureusement jusqu'à ce qu'ils soient réduits en purée. Ajouter les jaunes d'œuf (ou l'œuf), les oignons déshydratés, la poudre d'ail, la sauce Worcestershire, les herbes de Provence, les deux fromages et la chapelure. Réserver.

Dans une poêle, faire chauffer le beurre et l'huile à feu moyen-élevé. Ajouter le poivron, le blanc de poireau, (l'ail) et les champignons (si vous en mettez), puis les faire revenir 4 minutes en brassant. Transvider immédiatement le contenu de la poêle dans le mélange aux haricots. Saler et poivrer au goût (je n'ai pas salé), puis bien mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène. Saupoudrer un peu de farine au besoin si le mélange est trop mou ou humide. Façonner 6 galettes.

Déposer les galettes sur une grande assiette bien huilée, puis les retourner pour les enrober d'huile (je n'ai pas fait ça). La recette originale les fait cuire sur le BBQ, 3-4 minutes de chaque côté. J'ai plutôt cuit au four à 400 F, 20 minutes. Ça aurait été une bonne idée de tourner les galettes à mi-cuisson, mais j'ai oublié !