

Fiche Recette : Burger au Poulet Croustillant

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 4 pains à burger briochés
- 4 filets de poulet frais
- 100g de chapelure Panko (pour le croustillant)
- 50g de farine de blé
- 1 gros œuf battu
- 4 tranches de cheddar affiné
- 1 cœur de laitue iceberg
- 1 tomate coupée en rondelles
- Sauce burger maison ou mayonnaise épicée
- Huile de friture, sel et poivre

Matériel nécessaire

- Poêle à fond épais ou friteuse
- 3 bols larges pour la panure
- Pince de cuisine
- Planche à découper et couteau d'office
- Papier absorbant

Préparation du poulet croustillant

- Aplatir légèrement les filets de poulet pour une épaisseur uniforme.
- Passer chaque filet successivement dans la farine, l'œuf battu, puis la chapelure Panko en pressant bien.
- Faire chauffer l'huile à 170°C.
- Frire les filets environ 4 à 5 minutes par face jusqu'à obtenir une couleur dorée intense.
- Déposer sur du papier absorbant pour retirer l'excès de gras.

Assemblage du burger

- Toaster légèrement l'intérieur des pains à la poêle.
- Étaler généreusement la sauce sur la base du pain.

- Disposer la laitue, puis la tomate.
- Placer le filet de poulet chaud et déposer immédiatement la tranche de cheddar dessus pour qu'elle fonde légèrement.
- Refermer avec le chapeau du pain et servir immédiatement.

Conseils du chef

- Pour plus de goût, faire mariner le poulet dans du babeurre (buttermilk) pendant 1 heure avant la panure.
- Ajouter quelques oignons rouges marinés pour apporter de l'acidité.
- Ne pas surcharger le burger pour garder une bonne prise en main.