

Recette Maison : Le Mc Filet

Ingrédients (pour 1 burger)

- 1 pain burger brioché de qualité
- 1 pavé de poisson blanc (colin ou cabillaud, environ 100g)
- 1 tranche de fromage type cheddar fondu ou emmental
- 1 cuillère à soupe de sauce tartare ou mayonnaise
- 50g de chapelure fine
- 1 œuf battu
- 2 cuillères à soupe de farine
- Huile neutre pour la friture
- Sel et poivre du moulin

Étapes de préparation

- Préparation du poisson : Séchez le pavé de poisson avec du papier absorbant, salez et poivrez.
- Panure : Passez le poisson successivement dans la farine, l'œuf battu, puis la chapelure en appuyant bien pour faire adhérer.
- Cuisson : Faites chauffer l'huile dans une poêle et faites dorer le poisson 3 à 4 minutes de chaque côté jusqu'à obtenir une croûte croustillante.
- Toasting : Coupez le pain en deux et faites-le toaster légèrement à la poêle ou au grille-pain.
- Assemblage : Étalez généreusement la sauce sur la base du pain, déposez le poisson chaud, ajoutez la tranche de fromage par-dessus, puis refermez avec le chapeau du pain.

Conseils de chef

- Pour un résultat plus fondant, placez le poisson pané sous le grill du four 30 secondes avec le fromage avant de l'assembler.
- Ajoutez une petite feuille de laitue croquante pour apporter de la fraîcheur au burger.
- Utilisez un poisson bien froid avant de le paner pour éviter qu'il ne se délite à la cuisson.
- Laissez reposer le burger 1 minute avant de déguster pour que les saveurs se mélangent.