



Hamburger exquis de saumon

Ingrédients pour 4 personnes

- 450g de filet de saumon
 - 2 c. à soupe de moutarde de Dijon
 - 2 c. à café de zestes de citron
 - 2 c. à soupe d'estragon
 - 1 petite échalote hachée
 - Fleur de sel
 - Poivre noir
 - 1 c. à soupe de miel
 - 100g de roquette
 - 1 oignon rouge
 - 1 c. à café de jus de citron
 - 1 c. à café d'huile d'olive
 - 4 pains hamburgers (au blé complet) ou pain bagnat
-
1. Mixez 100g de saumon, 1 c. à soupe de moutarde et les zestes de citron jusqu'à l'obtention d'une pâte lisse.
 2. Transvasez dans un grand bol
 3. Mixez le saumon restant pour obtenir une pâte grumeleuse avec des morceaux
 4. Ajoutez au précédent mélange ainsi que l'estragon, l'échalote hachée, le sel et le poivre et bien mélanger

5. Divisez cette préparation en 4 et en faites des petits pâtés de 1,5cm d'épaisseur.
Réservez au frais jusqu'à la cuisson
6. Mélangez 1 c. à soupe de moutarde et le miel
7. Mélangez la roquette, l'oignon émincé en rondelles et l'huile
8. Préchauffez une poêle antiadhésive, une plancha ou un grill à feu moyen
9. Cuisez les burgers de saumon 2 minutes d'un côté, retournez-les avec précaution et poursuivez la cuisson 1 minute
10. Placez un burger sur chaque dessous de pain et tartinez avec 1 ½ c. à café de mélange miel / moutarde et d'une poignée de mélange de roquette.
11. Recouvrez de la deuxième moitié de pain.