



Smash burger de ternera con queso con mayonesa de mostaza y ensalada con vinagreta de miel

Familia **Fácil y rápido**

Cocinando: 20 min • Listo en: 20 min



6



Carne de ternera picada



Panecillos de brioche



Mostaza



Miel



Mayonesa



Queso rallado



Rúcula

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, vinagre de vino tinto.

Antes de empezar

Lávate las manos al manipular los ingredientes.
Lava tus frutas y verduras.

Utensilios necesarios:

Bol grande, sartén grande, ensaladera, bol pequeño, espátula, tostadora.

Ingredientes

	2P	4P
Carne de ternera picada* 14)	250 gramos	500 gramos
Panecillos de brioché* 3) 7) 8) 13)	2 unidades	4 unidades
Mostaza 9)	1 sobre	2 sobres
Miel	1 paquete	2 paquetes
Mayonesa 8) 9)	3 sobres	6 sobres
Queso rallado* 7)	60 gramos	120 gramos
Rúcula*	50 gramos	100 gramos
Vinagre de vino tinto	1 cucharadita	2 cucharaditas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	305 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3435/821	1126/269
Grasas (g)	45,6	15,0
de las cuales saturadas (g)	19,4	6,4
Carbohidratos (g)	41,0	13,5
de los cuales azúcares (g)	12,0	3,9
Proteínas (g)	42,6	14,0
Sal (g)	2,8	0,9

Alérgenos

3) Sésamo **7)** Leche **8)** Huevo **9)** Mostaza **13)** Cereales que contienen gluten **14)** Sulfitos.

Para más información sobre los ingredientes, alérgenos y trazas de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en cada envase.

1



Sazona la carne

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! En un bol grande, agrega la **carne de ternera**, **salpimiento** y mezcla todo bien. Forma 2 bolas de **carne** por persona.

RECUERDA: Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.

3



Prepara la mayonesa y aliña la ensalada

En una ensaladera, agrega la mitad de la **miel**, el **vinagre de vino tinto** (ver cantidad en ingredientes), un chorrito de **aceite** y **sal** y mezcla bien. Añade $\frac{2}{3}$ de la **rúcula** a la ensaladera y remueve para que la **ensalada** quede aliñada. En un bol pequeño, mezcla la **mayonesa**, la **mostaza** y la **miel** restante hasta conseguir una **salsa** homogénea.

2



Cocina las hamburguesas

En una sartén grande, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio-alto. Una vez caliente, agrega las **bolas de carne** y cocina durante 20 segundos. Luego, aplástalas con una espátula, deben quedar muy finas. Cocina 1 min y gíralas. Añade un poco de **queso rallado** sobre cada **hamburguesa** y deja que se funda. Cocina 1 min más hasta que la **carne** quede caramelizada. Pon una **hamburguesa** encima de la otra para que el **queso** se funda más rápido.

CONSEJO: Cocina 1 ó 2 hamburguesas a la vez, de forma que las bolas de carne queden separadas.

4



Emplata y disfruta

Abre los **panes de brioché** y agrégalos a una tostadora. Tuesta el **pan** hasta que esté ligeramente dorado. En la base del **pan tostado**, unta la **salsa de mayonesa y mostaza**. Añade dos **hamburguesas con queso** por cada **pan**, una encima de la otra. Sobre las **hamburguesas**, añade la **rúcula** sin aliñar al gusto y tapa con la otra parte del **pan**. Sirve la **ensalada** al lado de la **hamburguesa**.

CONSEJO: Si no tienes tostadora, puedes utilizar el horno para tostar el pan.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota chef!

Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.



¡Recíclame!

