



# Hamburguesa casera de ternera con mayonesa y ensalada con queso griego

Familia Fácil y rápido • Cocíname primero

Cocinando: 10 min • Listo en: 25 min

6



Carne de ternera picada



Panecillos de brioche



Queso griego



Pepino



Vinagre balsámico



Mezclum



Tomate



Mayonesa



Orégano fresco



De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, azúcar.

## Antes de empezar

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

## Utensilios necesarios:

Bandeja de horno, sartén mediana, ensaladera, bol pequeño.

## Ingredientes

	2P	4P
Carne de ternera picada* <b>14)</b>	250 gramos	500 gramos
Panecillos de brioche* <b>3)</b> <b>7) 8) 13)</b>	2 unidades	4 unidades
Queso griego* <b>7)</b>	100 gramos	200 gramos
Pepino	1 unidad	2 unidades
Vinagre balsámico* <b>14)</b>	1 sobre	2 sobres
Mezclum*	1 unidad	2 unidades
Tomate	1 unidad	2 unidades
Mayonesa <b>8) 9)</b>	2 sobres	4 sobres
Orégano fresco*	½ unidad	1 unidad
Azúcar	½ cucharadita	1 cucharadita

\*Conservar en la nevera

## Información nutricional

	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	537 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	3311/ 791	617/ 147
Grasas (g)	40,2	7,5
de las cuales saturadas (g)	15,9	3,0
Carbohidratos (g)	41	7,6
de los cuales azúcares (g)	10,5	2,0
Proteínas (g)	43,7	8,1
Sal (g)	2,2	0,4

## 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.

## ¡Ponle nota!

¿Qué te ha parecido la receta?  
Entra en hellofresh.es o nuestra app  
para evaluar la receta.



## Prepara los vegetales

Precalienta el horno a 200°C. Corta el **pepino** por la mitad a lo largo y, luego, en medias lunas de 0,5-1 cm. Corta el **tomate** en daditos de 1 cm. Deshoja y pica la mitad del **orégano** (doble para 4p).



## Tuesta los panecillos

Mientras se cocinan las **hamburguesas**, abre los **panecillos de brioche** y colócalos hacia arriba en una bandeja de horno. Hornea a media altura durante 2-4 min o hasta que queden tostados.

**CONSEJO:** Presta atención a los panecillos de brioche para que no se quemem.



## Forma las hamburguesas

Mezcla la **carne de ternera picada** con el **orégano** en un bol mediano. Sazona con **sal** y **pimienta**. Forma una **hamburguesa** de 1-2 cm de grosor por persona. **RECUERDA:** Lávate las manos y los utensilios de cocina después de manipular carne cruda.



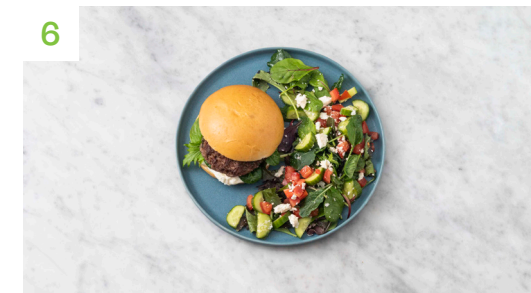
## Prepara la ensalada y la salsa

Mientras se tuestan los **panecillos**, mezcla la **mayonesa** y la mitad del **queso griego** desmenuzado en un bol pequeño. Sazona con **pimienta**. En una ensaladera, mezcla el **vinagre balsámico**, un chorrito de **aceite** y el **azúcar** (ver cantidad en ingredientes). Añade el **pepino**, el **tomate**, el **mezclum** y el **queso griego** desmenuzado restante. Sazona con **sal** y **pimienta** y mezcla bien.



## Cocina las hamburguesas

Pon a calentar una sartén a fuego medio-alto. Cuando esté caliente, agrega un chorrito de **aceite**. Añade las **hamburguesas** y cocina durante 4-5 min por lado o hasta que estén doradas por fuera y bien hechas por dentro.



## Emplata y disfruta

Extiende la **salsa** de **mayonesa** y **queso griego** en los **panecillos**. Coloca las **hamburguesas** y un poco de la **ensalada** en el panecillo inferior, luego, tápalo con la parte superior. Sirve el resto de la **ensalada** a un lado.

## ¡Que aproveche!