



HAMBURGUESAS DE POLLO Y AMARANTO CON ADEREZO DE CHIPOTLE

Ingredientes:

- 500 gr carne molida de pollo
- 25 gr amaranto tostado
- ¼ pieza cebolla morada finamente picada
- 1 diente ajo finamente picado
- 6 ramitas perejil finamente picado
- 2 cucharadas mostaza Dijon
- Sal al gusto
- Pimienta al gusto
- 2 cucharadas aceite vegetal
- 100 gr mayonesa
- 50 gr chile chipotle de lata
- Hojas de espinacas para acompañar
- 1 bolsa de plástico cortada por la mitad

Procedimiento:

1. Mezcla los primeros 7 ingredientes hasta integrar perfectamente. Rectifica sazón y si es necesario añade más sal y pimienta.
2. Agarra un poco de la preparación anterior y forma una bolita, posteriormente colócala sobre la mitad del plástico y cubre con la otra mitad, aplana un poco de manera que quede de medio centímetro de grosor. Repite la misma operación con el resto de la carne.
3. Calienta el aceite en una sartén y fríe las hamburguesas. Coloca sobre papel absorbente y reserva.
4. Para el aderezo licúa la mayonesa con el chile chipotle.
5. Sirve las hamburguesas acompañadas de las hojas de espinacas y un poco de aderezo de chipotle.

Tiempo de preparación:

30 minutos

Grado de dificultad:

Fácil

Porciones:

6

1 / 2

