



Betty Bossi

PRESSE À BURGER «SURPRISE»

Chère lectrice, cher lecteur,

Nous vous félicitons d'avoir choisi la presse à burger «Surprise». L'équipe développement produits Betty Bossi se met en quatre pour vous proposer des ustensiles de cuisine utiles et innovants avec la fameuse garantie de réussite Betty Bossi. Votre satisfaction est dès lors notre principal objectif. Nous sommes convaincus que la presse à burger «Surprise» saura vous enthousiasmer. Et pour que vous puissiez vous lancer sans attendre, nous avons concocté d'épatantes idées de recettes.

Nous vous laissons au plaisir de confectionner de délicieux burgers.

Bien cordialement,

Betty Bossi



Presse à burger «Surprise» (kit / n° d'art. 25314). Coloris: noir. Matériau: matière synthétique. Dimensions (H x Ø): 6 x 12,5 cm. Lave-vaisselle autorisé. Avant la première utilisation, laver à l'eau chaude additionnée de liquide vaisselle. N'utiliser ni détergent puissant, ni poudre à récuser, ni ouate d'acier.

Betty Bossi SA, Bürglistrasse 29, case postale, CH-8021 Zurich/Switzerland

SOMMAIRE

Burger de poulet au guacamole	4
Burger de poisson au fromage frais	4
Burger de bœuf aux olives	6
Cheeseburger	6
Burger d'agneau aux dattes	8
Burger de porc au pesto	8
Burger pois chiches-edamame	10
Burger au brocoli	10
Ketchup	12
Sauce barbecue	12
Sauce cocktail	14
Sauce curry	14
Sauce aux herbes	14
Sauce mangue épicée	14
Burger aux pommes de terre	16

MODE D'EMPLOI



1. Remplir le moule, former un creux

Ôter le couvercle en tournant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Fariner légèrement le moule supérieur. Diviser la masse en 8 portions. Répartir une portion dans le moule inférieur, imprimer un creux avec le moule supérieur.



2. Farcir

Répartir ¼ de la farce dans le creux.



3. Sceller le burger

Aplatir légèrement une portion de masse, la déposer sur la farce; celle-ci doit être bien recouverte. Replacer le couvercle sur le moule supérieur. Tasser le burger.



4. Démouler

Appuyer sur le fond amovible par en dessous et prélever le burger. Répéter les étapes 1 à 4 jusqu'à épuisement des ingrédients.

Sauf autre indication, toutes les recettes de cette brochure sont prévues pour 4 personnes.

Photo en couverture: Burger de poulet au guacamole (p. 4)

— ★ —
**BURGER DE POULET
AU GUACAMOLE**

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

-
- 1 avocat, en morceaux
 - 1 gousse d'ail, pressée
 - 1 c.s. de jus de citron vert
 - ½ c.c. de sel
-
- 600 g de viande hachée (poulet)
 - 100 g de panko ou de chapelure (voir Remarque)
 - 35 g de germes d'oignons
 - 2 c.s. de coriandre, ciselée
 - 1 piment rouge, épépiné, haché finement
 - ½ c.c. de sel
-
- 1 c.s. d'huile d'olive
-

1. Écraser l'avocat à la fourchette, ajouter l'ail et le jus de citron vert, mélanger, saler.
2. Mélanger la viande et tous les ingrédients, sel compris, bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.
3. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de guacamole (p. 3).
4. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Remarque: le panko est une chapelure d'origine japonaise. Il est très léger et de mouture plus grossière que la chapelure ordinaire.

Servir avec: frites.

Pièce: 381 kcal, lip 18 g, glu 19 g, pro 34 g

— ★ —
**BURGER DE POISSON
AU FROMAGE FRAIS**

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

-
- 500 g de filets de truite (sans la peau)
 - 150 g d'amandes moulues
 - 2 c.s. de persil, ciselé
 - 1 c.c. de sel
-
- un peu de poivre
 - 250 g de fromage frais au raifort (p. ex. Cantadou)
-
- 1 c.s. d'huile d'olive
-

1. Retirer les éventuelles arêtes des filets de truite avec une petite pince, hacher finement les filets. Ajouter les amandes et le persil, mélanger, saler, poivrer.
2. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de fromage frais (p. 3).
3. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Pièce: 597 kcal, lip 45 g, glu 4 g, pro 41 g



Photo: Burger de poulet au guacamole

— ★ —
**BURGER DE BŒUF
AUX OLIVES**

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

-
- 1 bocal d'olives farcies aux poivrons**
(d'env. 205 g), égouttées,
hachées finement
 - 3 c. s. de persil**, ciselé
 - 2 gousses d'ail**, hachées finement
 - 600 g de viande hachée** (bœuf)
 - 1 oignon**, haché finement
 - 1 c. s. de dukkah** (voir Remarque)
 - $\frac{3}{4}$ de c. c. de sel
 - 1 c. s. d'huile d'olive**
-

1. Mélanger olives, persil et ail.
2. Mélanger viande, oignon, dukkah et sel, bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.
3. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de masse aux olives (p. 3).
4. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Remarque: le dukkah est un mélange d'épices, de graines et de noix du Moyen-Orient.

En vente dans les grands supermarchés Coop.
À défaut, remplacer par du curry.

Pièce: 415 kcal, lip 30 g, glu 4 g, pro 29 g

— ★ —
CHEESEBURGER

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

-
- 600 g de viande hachée** (bœuf et porc)
 - 2 c. s. de thym**, ciselé
 - 1 c. s. de moutarde**
 - $\frac{3}{4}$ de c. c. de sel
 - un peu de poivre** (p. ex. de Tasmanie)
 - 75 g de fromage** (p. ex. cheddar),
râpé grossièrement
 - 1 concombre au vinaigre**,
en fines tranches
 - 2 tomates cerises**, en fines tranches
 - 1 c. s. d'huile d'olive**
-

1. Mélanger la viande et tous les ingrédients, poivre compris, bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.
2. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de fromage, concombre au vinaigre et tomates (p. 3).
3. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Servir avec: burger buns.

Pièce: 392 kcal, lip 29 g, glu 0 g, pro 33 g



Photo: Cheeseburger

— ★ —
**BURGER D'AGNEAU
AUX DATTES**

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

600 g de viande hachée (agneau)
2 c. s. de marjolaine, ciselée
1 c. c. de graines de fenouil,
hachées finement
¼ de c. c. de clou de girofle en poudre

1 c. c. de sel
un peu de poivre

70 g de dattes dénoyautées,
hachées grossièrement

50 g de feta, émietée

1 c. s. d'huile d'olive

1. Mélanger la viande et tous les ingrédients, poivre compris, bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.

2. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de dattes et de feta (p. 3).

3. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Pièce: 348 kcal, lip 19 g, glu 12 g, pro 32 g

— ★ —
**BURGER DE PORC
AU PESTO**

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

500 g de viande hachée (porc)
100 g de champignons de Paris,
hachés finement
50 g de pignons, hachés finement
1 échalote, hachée finement

1 c. c. de sel
un peu de poivre

100 g de pesto

1 c. s. d'huile d'olive

1. Mélanger la viande et tous les ingrédients, poivre compris, bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.

2. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de pesto (p. 3).

3. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Pièce: 413 kcal, lip 30 g, glu 4 g, pro 30 g



Photo: Burger de porc au pesto

— ★ —
BURGER
POIS CHICHES-EDAMAME

Mise en place et préparation: env. 40 min
Pour 4 pièces

1 boîte de pois chiches (d'env. 400 g), rincés, égouttés

1 boîte de fèves d'edamame (d'env. 400 g), rincées, égouttées

75 g de farine

50 g de noix de coco râpée

20 g de raisins sultanes foncés

1 gousse d'ail, pressée

2 c. s. de coriandre, ciselée

¼ de c. c. de cumin en poudre

¾ de c. c. de sel

un peu de poivre

½ bocal de poivrons grillés à l'huile

(env. 145 g), égouttés, hachés finement

½ bocal de cœurs d'artichauts à l'huile

(env. 140 g), égouttés, hachés finement

1 c. s. d'huile d'olive

1. Réduire les pois chiches et les fèves d'edamame en purée.

2. Ajouter la farine et tous les ingrédients, poivre compris, mélanger et bien pétrir à la main jusqu'à obtention d'une masse compacte.

3. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de poivrons et d'artichaut (p. 3).

4. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Suggestion: servir le reste des poivrons et des cœurs d'artichauts à l'apéritif sur des tranches de pain grillées.

Pièce: 361 kcal, lip 18 g, glu 33 g, pro 14 g

— ★ —
BURGER AU BROCOLI

Mise en place et préparation: env. 50 min
Pour 4 pièces

2 brocolis, en bouquets (soit env. 350 g)

1 boîte de pois chiches (d'env. 400 g), rincés, égouttés

2 c. s. de gruyère râpé

2 c. s. de câpres, rincées, égouttées, hachées finement

1 c. s. de sauge, ciselée

¾ de c. c. de sel

un peu de poivre

100 g de masganzola, en morceaux

8 cerneaux de noix,

hachés grossièrement

1 c. s. d'huile d'olive

1. Réduire les brocolis et les pois chiches en purée.

2. Incorporer gruyère, câpres et sauge, saler, poivrer.

3. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de masganzola et de noix (p. 3).

4. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Pièce: 327 kcal, lip 23 g, glu 14 g, pro 14 g



Photo: Burger pois chiches-edamame

— ★ —
KETCHUP

Mise en place et préparation: env. 1½ h
Pour env. 3 dl

-
- 800 g de tomates charnues, en morceaux
 - 3 c. s. de vinaigre de pomme
 - 1 oignon, haché finement
 - 1 gousse d'ail, hachée finement
 - 2 cm de gingembre, haché finement
 - 40 g de sucre
 - 1 c. c. de paprika mi-fort
 - 1 c. c. de graines de coriandre, écrasées
 - 1 p. de c. de clou de girofle en poudre
 - 1 c. c. de sel
-
- ½ c. c. de maïzena claire express
-

1. Dans une casserole, porter à ébullition en remuant les tomates et tous les ingrédients, sel compris. Laisser mijoter env. 30 min sur feu moyen en remuant de temps en temps.

2. Passer la sauce au tamis, la verser dans la casserole et poursuivre la cuisson env. 45 minutes. Incorporer la maïzena, terminer la cuisson env. 1 min en remuant, laisser refroidir.

Conservation: env. 1 semaine au réfrigérateur dans une bouteille bien fermée.

1 dl: 140 kcal, lip 1 g, glu 25 g, pro 3 g

— ★ —
SAUCE BARBECUE

Mise en place et préparation: env. 50 min
Pour env. 3 dl

-
- 150 g de ketchup
 - 1½ dl de Coca-Cola
 - 3 c. s. de vinaigre de pomme
 - 2 c. s. de sauce Worcestershire
 - 2 c. s. de jus de citron
 - 1 c. s. de moutarde
-
- 1 oignon, haché finement
 - 2 gousses d'ail, hachées finement
 - 2 c. s. de sucre brut
 - 1 c. s. de paprika fumé ou de paprika mi-fort
 - ½ c. c. de sel
-

1. Dans une casserole, porter à ébullition en remuant le ketchup et tous les ingrédients, moutarde comprise.

2. Ajouter l'oignon et tous les ingrédients, sel compris. Laisser mijoter env. 25 min sur feu doux en remuant de temps en temps, laisser refroidir, réduire en purée.

Conservation: env. 1 semaine au réfrigérateur dans une bouteille bien fermée.

1 dl: 138 kcal, lip 1 g, glu 30 g, pro 2 g



Photo: Sauce barbecue

— ★ —
SAUCE COCKTAIL

Mise en place et préparation: env. 10 min
Pour env. 2 dl

- 200 g de demi-crème acidulée
- 4 c. s. de ketchup
- 1½ c. s. de cognac ou de jus d'orange
- 1 c. c. de jus de citron
- ¼ de c. c. de sel
- un peu de poivre

Mélanger la demi-crème acidulée et tous les autres ingrédients.

1 dl: 237 kcal, lip 17 g, glu 10 g, pro 4 g

— ★ —
SAUCE CURRY

Mise en place et préparation: env. 15 min
Pour env. 3 dl

- 1 c. c. d'huile d'olive
- 1 c. s. de curry doux
- ½ c. c. de cannelle
- 1 orange bio, un peu de zeste râpé, tout le jus
- 200 g de crème fraîche
- 75 g de mayonnaise

Faire chauffer l'huile dans une petite casserole. Faire revenir le curry et la cannelle. Ajouter le zeste et le jus d'orange, porter à ébullition, laisser refroidir. Incorporer la crème fraîche et la mayonnaise.

1 dl: 471 kcal, lip 48 g, glu 7 g, pro 2 g

— ★ —
SAUCE AUX HERBES

Mise en place et préparation: env. 10 min
Pour env. 2 dl

- 180 g de yogourt nature
- 2 gousses d'ail, pressées
- 2 c. s. de ciboulette, ciselée
- 2 c. s. de menthe, ciselée
- 1 c. c. de jus de citron
- ¼ de c. c. de sel
- un peu de poivre

Mélanger le yogourt et tous les autres ingrédients.

1 dl: 62 kcal, lip 3 g, glu 5 g, pro 4 g

— ★ —
SAUCE MANGUE ÉPICÉE

Mise en place et préparation: env. 10 min
Pour env. 3 dl

- 1 bocal de purée de mangue (d'env. 260 g)
- 2 c. s. de coriandre, ciselée
- ½ c. s. de sambal oelek
- 2 c. c. de jus de citron vert
- 1 c. c. de gingembre, râpé finement
- ½ c. c. de sel

Mélanger la purée de mangue et tous les autres ingrédients.

1 dl: 58 kcal, lip 0 g, glu 12 g, pro 1 g



À gauche: Sauce mangue épicée
À droite: Sauce aux herbes

— ★ —

BURGER AUX POMMES DE TERRE

Mise en place et préparation: env. 40 min

Pour 4 pièces

700 g de pommes de terre à chair ferme,
râpées finement, épongées

100 g de corn-flakes, écrasés

1 gousse d'ail, pressée

$\frac{3}{4}$ de c. c. de sel

un peu de poivre

50 g de Schabziger, émietté

25 g de pousses d'épinards,
en chiffonnade

1 c. s. d'huile d'olive

1. Mélanger pommes de terre, corn-flakes et ail, saler, poivrer.
2. Diviser la masse en 8 portions, façonner des burgers, farcir de Schabziger et d'épinards (p. 3).
3. Bien faire chauffer l'huile dans une grande poêle antiadhésive. Faire revenir les burgers sur feu moyen env. 7 min sur chaque face.

Pièce: 248 kcal, lip 3 g, glu 42 g, pro 9 g

