

Hamburger steak au pesto et herbes fraîches avec oignons caramélisés

POUR 4 PERSONNES

GALETTES DE BOEUF

450 g (1 lb) boeuf haché – 45 ml (3 c. à soupe) pesto de tomates séchées
60 ml (1/4 tasse) persil plat ou italien, haché – 7 ml (1 1/2 c. à thé) romarin frais, haché
1 gousse d'ail, hachée finement

OIGNONS CARAMÉLISÉS

15 ml (1 c. à soupe) beurre* – 30 ml (2 c. à soupe) huile d'olive Irresistibles*
2 oignons jaunes, coupés en tranches fines – 1 échalote française moyenne, hachée finement
5 ml (1 c. à thé) sucre* ou sucre d'érable – 15 ml (1 c. à soupe) vinaigre balsamique Irresistibles*
15 ml (1 c. à soupe) romarin frais, haché – Au goût poivre noir moulu
Accompagnement : Qté suff. sauce brune ou sauce barbecue du commerce – Au goût frites ou salade verte

PRÉPARATION

Galettes de bœuf : mélanger le bœuf haché avec les autres ingrédients et façonner en galettes épaisses.

Pour caraméliser les oignons: dans une poêle, faire chauffer le beurre et l'huile à feu doux-moyen et faire revenir les oignons et l'échalote. Ajouter le sucre et le vinaigre balsamique, poursuivre la cuisson 5 minutes. Remuer souvent jusqu'à ce que les oignons soient caramélisés. Ajouter le romarin. Assaisonner. Préchauffer le barbecue à feu élevé. Faire cuire les galettes de bœuf haché jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de coloration rosée.

Pour servir, déposer les oignons caramélisés sur les galettes de bœuf, napper de sauce et garnir de frites ou d'une salade verte

