



POUR 4 BURGERS

- 500 g de blancs de poulet
 - 1 oignon rouge
 - 1 gousse d'ail
 - 2 cm de gingembre
- 3 càs de coriandre hachée
 - le zeste d'un citron vert
 - 3 càc de curcuma
 - 1 càc de curry
 - 1 càc de cumin
- 4 buns
- 1 oignon rouge

- Commencez par préparer les buns en pensant à ajouter une cuillère à soupe de curcuma à la préparation pour donner à l'ensemble une couleur exotique.
- Découpez les blancs de poulet en dés, émincez l'oignon et coupez l'ail et le gingembre en morceaux. Placez le tout dans le bol d'un mixeur et ajoutez les épices, le zeste de citron vert et la coriandre hachée.
- Mixez l'ensemble puis malaxez pour obtenir une préparation homogène. Placez au frais au moins 30 minutes. Au bout de ce temps, divisez la préparation en 4 et façonnez 4 boules légèrement aplaties.
- Faites chauffer de l'huile dans une poêle et cuisez chaque portion, en retournant à mi cuisson.
- Coupez les buns en deux et placez les quelques minutes sous le grill du four pour qu'ils soient légèrement toastés.
- Ajouter quelques feuilles de salade, une rondelle de tomates, et quelques rondelles d'oignons rouges juste poêlés. Ajoutez la viande, puis une bonne cuillère à soupe de chutney de tomates. Terminez par un peu de coriandre ciselée, servez sans attendre.

