

# Cheeseburger



- Difficoltà: **bassa**
- Preparazione: **30 min**
- Cottura: **10 min**
- Dosi per: **4 persone**
- Costo: **basso**

## Ingredienti per 4 hamburger

[Carne bovina](#) trita di manzo 700 g

[Scalogno](#) due 50 g

[Olio di oliva](#) extravergine 40 g

[Pepe](#) 2 g

[Sale](#) 2 g

## per accompagnare

[Pane](#) 4 da hamburger 200 g

[Cheddar](#) (o altro formaggio) 4 fette (15 g a fetta) 60 g

[Pomodori](#) 1 grande 80 g

[Insalata](#) cuore di lattuga 50 g

[Cipolle](#) rossa (5 g per panino) 20 g

[Cetrioli](#) sott'aceto (5 g per panino) 20 g

[Ketchup](#) o maionese 60 g

## Preparazione



Per preparare i cheeseburger prima di tutto tritate molto finemente i due scalogni (1) e metteteli in una padella antiaderente con un cucchiaio d'olio, facendoli appassire a fuoco dolce (2). Nel frattempo preparate la carne: ponete in una ciotola capiente la carne di bovino macinata (3).



Unite gli scalogni tritati alla carne macinata (4) e amalgamate bene gli ingredienti con le mani (5). Dividete la carne macinata in 4 parti uguali e con un cucchiaio mettetela in un coppapasta alto circa 2 cm e largo 10,5 cm. Schiacciate con il dorso del cucchiaio la carne macinata e formate quindi degli hamburger (6).



Copriteli e teneteli in frigorifero. Preparate dunque la guarnizione per il cheeseburger: tagliate i panini a metà (7), affettate il pomodoro con un coltello (8) e la cipolla rossa finemente (9).





Tagliate i cetriolini nel senso della lunghezza (se invece avete cetrioli più grossi sott'aceto fateli a fettine) (10). Togliete dal frigorifero gli hamburger, portandoli a temperatura ambiente, poi scaldare una bistecchiera e spennellatela con dell'olio d'oliva (11); adagiate gli hamburger e fateli cuocere 4 minuti per lato, girandoli una sola volta con una palettina: fate attenzione a non schiacciare le polpette di carne mentre le cuocete, altrimenti perderanno il loro grasso e risulteranno più dure e asciutte (12).



Trascorsi 4/5 minuti, girate gli hamburger e, quando la cottura sarà quasi ultimata, aggiungetevi una fetta di formaggio (13), che si scioglierà molto velocemente. Intanto, in un'altra padella fate tostare il pane dalla parte tagliata per circa 20 secondi (14). Iniziate a comporre il cheeseburger: spalmate il ketchup sul pane (15)



E poneteci sopra i cuori di lattuga (16), quindi la carne con il formaggio (17), poi qualche fetta di pomodoro (18),



di cetriolo (19) e di cipolla rossa (20). Infine coprite con l'altra fetta di pane e servite i cheeseburger ben caldi al momento (21).