

Scopri come servire un fragrante hamburger di salmone, alternativa gustosa e delicata rispetto ai classici hamburger di carne.

Ingredienti:

pepe q.b.
sale q.b.
filetto di salmone 400 grammi
pomodoro nero o cuore di bue 1
insalata riccia 1 cuore
limone 1
erbe aromatiche 1 mazzetto
panini tirolesi di segale 4
cetriolo piccolo 1
yogurt greco 4 cucchiari



Preparazione:

- 1) Prendi il **filetto di salmone**, tritalo finemente con un coltello e aggiungi sale e pepe. Trita anche il mazzetto di erbe aromatiche composte da finocchietto, timo e prezzemolo e aggiungile al salmone. Prepara con il composto 4 burger e avvolgili, uno per uno, in un foglio di carta da forno.
- 2) Taglia il cetriolo a nastro, condiscilo con un pizzico di sale e pepe; unisci lo yogurt e il finocchietto tritato.
- 3) Affetta per bene il pomodoro nero e salalo. Al posto del pomodoro nero puoi utilizzare anche il pomodoro cuore di bue.
- 4) Prepara anche il limone tagliandolo a fettine molto sottili.
- 5) Fai **cuocere i cartocci di pesce** per circa 3 minuti per parte in un'ampia padella antiaderente ben scaldata. Una volta pronti, tieni il salmone da parte e lascialo raffreddare per circa due minuti prima di togliere la carta.
- 6) Taglia i 4 **panini di segale** a metà e farcisci ciascun panino con le fettine di limone, l'insalata, i burger di salmone, le fette di cetriolo con yogurt e quelle di pomodori. Il tuo **hamburger di salmone alle erbe con pomodori e yogurt greco** è pronto per essere servito.