



Dificultad:
Baja



Porciones:
8



Tiempo:
25 minutos

Información Nutricional

Energía:	2399 Kcal
Proteínas:	21 g
Grasa Total:	10 g
Colesterol:	15 mg
H. de Carbono:	60 g
Fibra Dietética:	1,6 g
Sodio:	786 mg

HAMBURGUESA ESTILO YORK

Ingredientes

- 1 Sobre de base para hamburguesa MAGGI®
- ¾ Taza de agua fría
- 500 g de carne molida
- 3 Tomates cortados en rodajas
- 8 Hojas de lechugas
- 8 Láminas de queso mantecoso
- 1 Cebolla morada cortada en aros
- 1 Frasco de pepinillos dill cortados en láminas
- 8 Panes tipo frica o molde

Preparación

1.- Disuelve la base para hamburguesas MAGGI® en el agua indicada y reposa durante 10 minutos. Luego agrega la carne molida que además puedes reemplazar por carne molida de pavo, cerdo, pescado o incluso dos tazas de carne de soya previamente hidratada. Arma tus hamburguesas con la ayuda de tu mano y las puedes cocinar en aceite u horno hasta dorarlas y cocerla bien.

2.- Una vez listas, armas tus hamburguesas rellanando los panes (previamente calientes) con el queso, tomate, pepinillos, lechuga y aros de cebolla en el orden que tu quieras. Considera dejar el queso junto con la hamburguesa para que se ablande.

Nota

Puedes rellenar con alguna salsa a elección a base de yoghurt, mayonesa o barbecue o mostaza como mas te guste para darle un toque de humedad y mas sabor.