



LA BELLE VIE

Tous les ingrédients pour passer
derrière les fourneaux

Burger houmous, aubergine & halloumi, Frites de patates douces maison

 Pour 2 personnes

 Très facile

 50 min

5.71€ La portion (prix indicatif)



Un burger végétarien avec de l'aubergine, du houmous et de l'halloumi, à servir avec des frites de patates douces (à la friteuse ou au four).

Option : vous pouvez ajouter des tomates cerises dans le burger.

Les ingrédients

- **2 pièce** de Pain à burger
- **100 g** de Houmous
- **0.5 pièce** de Aubergine
- **100 g** de Halloumi
- **400 g** de Patate douce
- **0.25 pièce** de Oignon rouge

Étapes de préparation



Préparation : 15 min



Cuisson : 35 min



Attente : 0 min

Les frites

- 1 Préchauffez votre four à 210°C en chaleur tournante (ou 230°C en chaleur traditionnelle) ou votre friteuse à 190°C.
- 2 Lavez 400 g de patates douces et séchez-les dans un torchon pour enlever un maximum d'eau.
Facultatif : épluchez les patates douces.
Taillez les patates douces en frites de 1 cm d'épaisseur.

- 3 Cuisson au four :
Mettez les frites de patates douces sur une plaque de four. Ajoutez 2 càs d'huile neutre, salez et poivrez. Mélangez bien puis répartissez en une seule couche.
Enfournez 25 à 30 minutes jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes, en remuant à mi-cuisson.

Astuce pour des frites encore plus croustillantes : ajoutez ½ càs de maïzena.

- 4 Cuisson à la friteuse :
Faites cuire les frites à 190°C entre 6 et 8 minutes.

La préparation

- 5 Lavez l'aubergine sans l'éplucher. Coupez la moitié en rondelles fines (≈ 5-7 mm).
6 Coupez 4 tranches d'halloumi (dans la longueur).
7 Coupez de fines lamelles d'oignon rouge (1/4 d'oignon)
Mettez le tout au frais en attendant.

La cuisson

- 8 Faites chauffer de l'huile végétale dans une poêle à feu moyen.
Quand elle est bien chaude, ajoutez les rondelles d'aubergine. Salez. Faites cuire 3 à 5 min par face pour les dorer.
Quand elles sont cuites, égouttez-les sur de l'essuie-tout.
9 Toastez 2 pains à burger dans la poêle en utilisant l'huile des aubergines (≈30 secondes). Retirez-les de la poêle et passez au montage. (Conservez la poêle).

Le montage

- 10 Sur les tranches "du bas" des buns, disposez de la salade et des lamelles d'oignon rouge.
Facultatif : ajoutez des tomates cerises coupées en 2 si vous en avez.
11 Déposez dessus une première couche d'aubergine, étalez 2 grosses càs de houmous dessus et recouvrez avec une seconde couche d'aubergine. Mettez de côté.
12 Faites chauffer la même poêle de cuisson que les aubergines. Quand elle est bien chaude, snackez les tranches de halloumi 30 sec à 1 min par face, à feu fort.
13 Une fois bien dorées et moelleuses, mettez-les immédiatement dans votre burger. Refermez le burger.
14 Sortez les frites du four ou de la friteuse et assaisonnez-les avec du sel si vous le souhaitez. C'est prêt :)
15 Mangez sans attendre car le halloumi est bien meilleur chaud et fondant !