

MINI BURGER AL GRANO ARSO CON ANELLI DI CIPOLLA FRITTI

INGREDIENTI (per 4 persone)

PER I PANINI:

90 gr di farina 0
40 gr di farina di grano arso
13 gr di lievito madre secco al germe di grano
50 ml di acqua tiepida
15 ml di latte tiepido
3 gr di sale
4 gr di zucchero
13 gr di olio EVO
albume d'uovo
semi di sesamo q.b.

PER LA FARCITURA:

2 cipolle bianche dolci
semola rimacinata q.b.
300 gr di carne di manzo italiana trita
8 Friarielli
1 scalogno
2 cucchiaini di aceto bianco
1 cucchiaino di zucchero
½ cucchiaino di sale
50 gr di ricotta di pecora salata
1 vasetto di yogurt bianco intero
1 filo d'erba cipollina
sale/pepe q.b.



PREPARAZIONE

Per prima cosa, preparate l'impasto per il pane, inserendo tutti gli ingredienti nella planetaria e lavorandoli con il gancio alla velocità minima per circa 10 minuti. Riponete la palla in un recipiente, copritelo con un panno umido e mettetelo a lievitare per 2 ore nel forno spento, sino a quando non avrà raddoppiato il suo volume.

Trascorsa questa prima fase, tagliate l'impasto e formate delle palline da 4 cm ciascuna. Sbattete l'albume d'uovo, spennellate ciascuna pallina e spolverizzatela con qualche seme di sesamo.

Riponete a riposare in forno per circa un'ora, sino a quando ciascun paninetto non sarà raddoppiato di volume.

Soffriggete i friarielli in una base di scalogno tagliato a julienne e in un filo d'olio EVO. Lasciate insaporire per circa 5 minuti, abbassate la fiamma e aggiungete l'aceto, lo zucchero e il sale. Coprite e lasciate cuocere altri 5 minuti.

Tagliate la ricotta a falde sottili.

Preparate la salsa allo yogurt, semplicemente mischiando lo yogurt con un filo d'olio, sale, pepe ed erba cipollina tagliata finemente.



mangiaredadio

Nel frattempo, tagliate le cipolle ad anelli con il coltello o a mandolina. Distribuiteci sopra un po' di sale fino, in modo da far rilasciare l'acquetta. Dopo un paio di minuti, asciugateli con dei fogli di carta da cucina e ripassateli nella semola rimacinata.

Friggete in olio di semi d'arachidi in padella di ferro a una temperatura di 175°.

Massaggiate la carne con olio EVO e aggiungete sale e pepe. Con l'ausilio di un coppapasta di 7 cm formate 4 piccoli hamburger di circa 1,5 cm di altezza. Lasciate cuocere in padella antiaderente un minuto e mezzo per parte. Lasciate riposare un minuto.

Tagliate i panini e farciteli con l'hamburger, la salsa di yogurt, due fette di ricotta e i friarielli. Servite ciascun finger accompagnato da una ciotolina di cipolle fritte e un po' di salsa allo yogurt.