



Hamburger aux légumes grillés sur le BBQ

RECETTES – 30 MIN. ET MOINS – BBQ – REPAS – SANDWICHES – VÉGÉTARIEN / VÉGANE



NOMBRE DE PORTION : 4

TEMPS DE PRÉPARATION :

10 MIN

TEMPS DE CUISSON :

10 MIN

TEMPS DE REPOS :

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: FACILE

CONGÉLATION: NON

Ingrédients

- 4 champignons Portobello
- 2 poivrons de couleur
- 1 courgette coupée sur la longueur en fines tranches
- 1/2 oignon rouge coupé en rondelle
- 4 pains hamburgers
- 4 tranches de fromage au goût (nous; suisse)
- 1 sachet de [Sauce pour sauté teriyaki au miel](#)
- 1/4 tasse de mayonnaise

Préparation

1. Mélanger 2 c. à soupe de [sauce à sauté au miel teriyaki](#) avec la mayo. Mettre de côté.
2. Mariner les légumes dans le reste de la sauce pendant une quinzaine de minutes.
3. Préchauffer le BBQ à puissance moyen-vif. Huiler les grilles du BBQ. Y mettre les légumes et cuire une dizaine de minutes en les virant de côté à mi-cuisson.
4. À la dernière minute, ajouter le fromage sur les champignons.
5. Assembler les burgers en y ajoutant les légumes, Ajouter la mayonnaise au miel teriyaki.