



HAMBURGUESAS RELLENAS DE MANGO

INGREDIENTES

Para 4 personas

Tiempo para los preparativos: 40 minutos

Tiempo de preparación: 30 minutos

600 g de carne picada de ternera

1 huevo

½ cucharada de pimienta negra

1 cucharadita de sal marina fina

Aceite de oliva

1 tomate

2 pepinillos

½ cebolla roja

4 panecillos para hamburguesa

lechuga de varias clases

4 lonchas de queso cheddar

Mayonesa

Kétchup o salsa barbacoa

Para el relleno:

1 mango maduro

½ pimienta roja

2 cucharadas de azúcar moreno claro

PREPARACIÓN

Para el relleno, pela el mango y corta la pulpa separándola del hueso. Corta el mango en trozos pequeños y el pimienta roja en aros finos. Calienta esto junto con el azúcar moreno y un chorrito de agua en un cazo en un fuego. Deja borbotear a fuego lento durante unos 20 minutos.



Apaga el fuego y deja enfriar el relleno.

1. Amasa la carne picada con el huevo, la pimienta negra y la sal marina. Divide la mezcla de carne picada en 4 porciones iguales. Engrasa el molde para hamburguesas con un poco de aceite de oliva. Cubre el fondo y los bordes del molde para hamburguesas con aproximadamente dos tercios de una de las porciones de carne picada. Añade una buena cucharada del relleno. Con el resto de la porción de carne picada prepara una rodaja que quepa en el molde. Tapa el relleno con esta rodaja y presiona con la tapa del molde para hamburguesas. Prepara de la misma forma otras tres hamburguesas y colócalas tapadas en la nevera.
2. Enciende el carbón en el Big Green Egg, con la rejilla de hierro fundido, y calienta hasta una temperatura de 220 °C. Mientras tanto, corta el tomate y los pepinillos en rodajas finas. Pela la cebolla y córtala en aros finos.
3. Unta ligeramente las hamburguesas con aceite de oliva. Colócalas sobre la rejilla, cierra la tapa del EGG y déjalas asarse a la parrilla durante 3 a 4 minutos por lado. Mientras tanto, corta por la mitad los panecillos para hamburguesa.
4. Coloca los medios panecillos, con la parte cortada hacia abajo, al lado de las hamburguesas y ásalos durante aproximadamente 30 minutos. Saca las hamburguesas y los panecillos del EGG.
5. Pon en las mitades inferiores de los panecillos lechuga de varias clases, las rodajas de tomate, pepinillos y los aros de cebolla. Añade mayonesa al gusto. Pon encima la hamburguesa y una loncha de queso cheddar y añade ketchup o tu salsa barbacoa favorita. Para finalizar, cubre con la parte de arriba de los panecillos.