OLIO CUORE

Burger di manzo con rucola e pomodorini secchi

Ingredienti

- 4 panini di segale con semi di girasole
- 4 burger di manzo
- 20 g rucola mondata
- 70 g pomodorini secchi sott’olio sgocciolati
- 40 g cipolla o cipollotto
- 100 g **Maionese Cuore senza uova con proteine vegetali**
- **Sale Iposodico Iodato Cuore**

- **Portata: Piatti unici**
- **Tempo: 15''**
- **Persone: 4**
- **Calorie: 485 Kcal**
- **Grassi: 23.5 g**

Preparazione

- Aprire i panini e scaldarli sulla griglia calda.
- Cuocere i burger sulla griglia e salarli.

- Spalmare la **Maionese Vegetale Cuore** sui panini.

- Disporre la carne sui panini.

- Adagiare i pomodorini e la cipolla a rondelle.

- Completare con rucola.
- Chiudere con il pane e servire.

La ricetta è stata preparata con:

Maionese Vegetale

Sale Iposodico