Hamburger Mister Burg-astic

Ricetta di Claudia Baldo da Montegrotto Terme (PD).

Un nome che è tutto un programma! È l'hamburger secondo classificato per la categoria "Lettori" del concorso "Hamburger buono, autentico e sano".

Un hamburger 100% vegetariano e ricchissimo di sapori si è aggiudicato il secondo posto sul podio della categoria "Lettori" del nostro concorso "Hamburger buono, autentico e sano".

Ingredienti
(per 10 hamburger)

10 panini preparati con farina integrale macinata a pietra e pasta di riporto della pizza
semi di sesamo
salvia ispanica
cipolla essiccata

Per i burger
400 g di soia bianca
200 g di fondi di carciofo
200 g di farina di ceci
100 g di pecorino semi-stagionato
2 tuorli d'uovo
mezzo bicchiere di bevanda di soia
3 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 spicchio d'aglio
2 foglie d'alloro
timo (meglio se fresco in rametti)
rosmarino
200 g di ricotta affumicata (facoltativo)

Per la crema di cipolle
4 cipolle rosse di tropea
2 cucchiai di zucchero di canna

Per il radicchio
3 cespi di radicchio tardivo
olio extravergine d'oliva
pepe nero macinato

Per la maionese
4 pere abate
200 ml di bevanda di soia
200 ml di olio di semi di girasole
50 g di zenzero
2 cucchiaini di aceto di riso
1 cucchiaio di lecitina di soia
1 cucchiaio di miele (preferibilmente di acacia o millefiori)

2 bicchieri d'acqua

Procedimento per i burger
1. Mettere la soia in ammollo per almeno 12 ore. Dopo averla scolata e sciacquata, cuocerla in una pentola a pressione per circa un'ora e mezza, fino a quando risulta morbida quasi a sfaldarsi.
2. Una volta cotta, scolarla e, utilizzando un po' dell'acqua di cottura, far saltare la soia in una padella assieme all'olio extravergine di oliva, alle foglie d'alloro e al timo finché l'acqua non sarà evaporata.
3. Frullare la soia assieme al pecorino tagliato a pezzetti.
4. A parte cuocere i fondi di carciofo con i tre cucchiai d'olio e uno spicchio d'aglio. Una volta cotti, frullarli assieme al composto di soia.
5. All'impasto ottenuto aggiungere gradualmente quindi i tuorli, la farina di ceci, la bevanda di soia e il rosmarino (in polvere o tritato).
6. Impastare a mano e sempre a mano formare gli hamburger. Metterli in un vassoio coperti e lasciarli riposare per almeno un'ora in frigo.
7. Trascorso il tempo, cuocerli in una padella unta con un filo d'olio fino a quando i due lati diventano dorati.

Procedimento per la crema di cipolle
1.Sbucciare le cipolle e tagliarle a fettine sottili.
2. Versare in una padella antiaderente due cucchiai di zucchero di canna e aspettare fino a quando non si sarà completamente sciolto. Continuare a mescolare lo zucchero sciolto e aggiungere un po' d'acqua.
3. Versare le cipolle e mescolarle a fuoco lento fino a ottenere un composto morbido color caramello.

Procedimento per il radicchio
1.Mondare e lavare i cespi di radicchio. Tagliare la parte dura del gambo e dividere i cespi in porzioni più piccole.
2. Mettere il radicchio in una teglia assieme all'olio d'oliva, al pepe e a mezzo bicchiere d'acqua.
3. Cuocere in forno a 180°C per circa 20 minuti girandolo un paio di volte. Una volta cotto lasciar raffreddare.

Procedimento per la maionese
1. Unire alla bevanda di soia l'olio di semi di girasole, la lecitina di soia e l'aceto di riso e frullare il tutto per 5 minuti. Lasciar riposare il composto in frigo per un'ora.
2. A parte, tagliare a pezzetti le pere e metterle in un pentolino assieme all'acqua e allo zenzero tagliato a pezzetti. Quando l'acqua comincia a bollire unire il miele e mescolare per circa 15 minuti finché le pere non diventano morbide.
3. Togliere dal fuoco e lasciare raffreddare. Una volta raffreddate, frullarle assieme alla salsa fino a montarla.

Composizione dell'hamburger
1. Tagliare a metà i panini integrali e prima di metterli in forno a tostare, bagnare la superficie superiore, aiutandosi con un pennello, con un po' d'acqua cospargendo con semi di sesamo, salvia ispanica e cipolla essiccata.
2. Appoggiare il radicchio sul disco di pane e subito dopo adagiare il burger.
3. Spalmare un po' di maionese sopra il burger, aggiungere la cipolla caramellata e chiudere con il disco di pane.

Per gli amanti del formaggio consiglio di grattugiare la ricotta affumicata (circa 20 g a panino) tra il radicchio e il burger: sarà perfetta per farvi assaporare meglio il contrasto tra il dolce della cipolla e il radicchio amarognolo.