



Pita burgers à la grecque

PORTIONS

4

TEMPS DE PRÉPARATION

20 minutes

TEMPS DE CUISSON

8 minutes



Des galettes de bœuf servies dans des pitas et rehaussées de tzatziki et d'olives Kalamata: un délice!

Ingrédients

- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive
- 2 pitas

Pour les galettes:

- 450 g (1 lb) de bœuf haché
- 60 ml (1/4 de tasse) de chapelure nature
- 30 ml (2 c. à soupe) de menthe hachée
- 30 ml (2 c. à soupe) de persil haché
- 10 ml (2 c. à thé) d'ail haché
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) de cumin
- 1 œuf battu
- 1 oignon haché
- sel et poivre au goût

Pour garnir:

- 180 ml (3/4 de tasse) de tzatziki
- 2 tomates émincées
- 2 feuilles de laitue déchiquetées
- 80 ml (1/3 de tasse) d'olives Kalamata émincées

[Sélectionner tous les ingrédients](#)

Préparation

- 1 Dans un bol, mélanger les ingrédients des galettes. Façonner 8 petites galettes en utilisant environ 80 ml (1/3 de tasse) de préparation pour chacune d'elles.
- 2 Dans une poêle, chauffer l'huile à feu moyen. Cuire les galettes de 4 à 5 minutes de chaque côté.
- 3 Couper les pitas en deux et chauffer au micro-ondes de 10 à 15 secondes.
- 4 Ouvrir les demi-pitas et garnir chacun d'eux de tzatziki, de tomates, de laitue, d'olives et de deux galettes de boeuf.