



Hackfleisch-Käse-Frikadelle im Brot

mit Röstkartoffeln und Krautsalat



ca. 40min



2 Personen

Frikadelle für die einen, Bulette für die anderen, Leckerschmecker für alle! Für nichtige Details haben wir heute keine Zeit, denn die Verkostung unseres Burgers steht im Mittelpunkt: knuspriges Ciabattabrötchen, dazwischen pikante Chili- und Paprikasauce, cremiger Krautsalat und dann der besagte Hackfleischbratling, gekrönt von einem Berg schmelzenden Käses. Herz, was willst du mehr! Fritten? Geht klar!

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 2 Ciabattabrötchen ^{1,6,7}
- 1 rote Zwiebel
- 1 rote Paprika
- 25ml Sojasauce ^{1,6}
- 1 Päckchen Chiliflocken
- 200g geschnittener Weißkohl
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 100g Pizzakäse ⁷

- 4EL Tomatenketchup
- 3EL Mayonnaise ³
- 2TL Senf ¹⁰
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne mit Deckel

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Gluten (1), Eier (3), Sojabohnen (6), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1165kcal, Fett 68.8g,
Kohlenhydrate 84.3g, Eiweiß 47.0g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm dicke Stifte schneiden. Die **Kartoffeln** mit 1EL Pflanzenöl und 1/2TL Salz vermengen, auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen und 20-25Min. im Ofen backen, bis sie goldbraun sind. Die **Brötchen** in den letzten 6-8Min. mitbacken.



Den **Weißkohl** mit 1/2TL Salz vermengen und mit den Händen gut durchkneten. 3EL Mayonnaise mit 1TL Senf, 1TL Honig, 1TL Wasser und 1 Prise Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren. Den **Weißkohl** und die **Paprikastreifen** mit dem **Dressing** vermengen.



Die **Zwiebel** schälen, halbieren und fein würfeln. **1/4 der Zwiebelwürfel** mit 1TL hellem Essig vermengen und beiseitestellen. Die **Paprika** vierteln, entkernen und **1/4 der Paprika** fein würfeln. Die **restliche Paprika** in dünne Streifen schneiden, die Streifen anschließend quer halbieren.



Das **Hackfleisch** mit 1/2TL Salz, den **restlichen Zwiebeln** und 1/2TL Pfeffer vermengen. Mit feuchten Händen **2 wurstförmige Pattys** formen. In einer mittelgroßen Pfanne 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze erwärmen. Die **Pattys** in das heiße Öl geben, dann mit einem Pfannenwender auf eine Dicke von ca. 0,5cm flach drücken. Auf jeder Seite 1–2Min. braten, bis die **Pattys** gar sind.



Die **Sojasauce** mit **1TL Chiliflocken**, 4EL Ketchup und 1TL Senf verrühren, dann mit den **Paprikawürfeln** und den eingelegten **Zwiebelwürfeln** vermengen. **Tipp:** Wer es nicht so scharf mag, verwendet weniger **Chiliflocken**.



Den **Käse** über die **Pattys** streuen und die **Pattys** abgedeckt bei mittlerer Hitze noch 1-2Min. garen, bis der **Käse** geschmolzen ist. Die **Brötchen** aufschneiden, mit der **Sauce** bestreichen und nach Belieben mit den **Pattys**, einigen **Kartoffeln** und etwas **Krautsalat** füllen. **Übrige Röstkartoffeln, Krautsalat und Sauce** dazu reichen.