



Loaded Fries mit veganem Burgerfleisch

mit Paprika, Ranchdressing und Salsa



ca. 30min



3-4 Personen

Eine dankbare Alternative zum alteingesessenen Klassiker der deutschen Fast-Food-Szene, Pommes rot-weiß, auch bekannt als „Pommes Schranke“: Hier sind unsere veganen „Loaded Fries“, also Fritten mit buntem Topping! Dich erwartet eine köstliche Aromenvielfalt, denn Paprika, Zwiebeln und pflanzliches „Fleisch“ werden gut gewürzt, mit den Kartoffeln knusprig gebacken und mit Tomatensalsa und Ranchdressing serviert. Yummy!

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Päckchen edelsüßes Paprikapulver
- 2 rote Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 4 vegane Rindfleischpattys ⁶
- 30g Schnittlauch, Dill & Petersilie
- 3 Päckchen vegane Mayonnaise ^{10,12}
- 3 Tomaten

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Sojabohnen (6), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 783kcal, Fett 49.9g, Kohlenhydrate 55.1g, Eiweiß 23.7g



1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** längs halbieren, dann in Spalten schneiden.



2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln** auf zwei mit Backpapier ausgelegten Backblechen jeweils mit 2EL Pflanzenöl sowie je **½TL Paprikapulver**, Salz und Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und ca. 10Min. im Ofen backen.



3. Zutaten vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



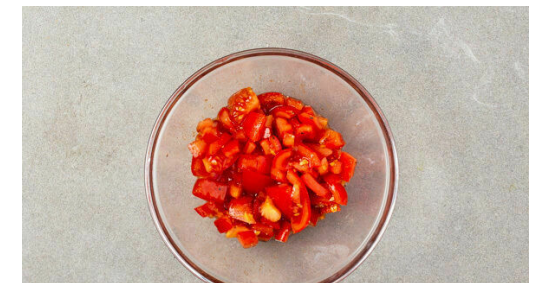
4. Paprika mitbacken

Die **Pattys** mit den Fingern in 1-2cm große Stücke zerkrümeln und mit der **Paprika**, den **Zwiebeln**, 2EL Pflanzenöl, **1TL Paprikapulver** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen, nach ca. 10Min. Backzeit auf den **Kartoffeln** verteilen und alles noch 15-20Min. im Ofen backen, bis die **Kartoffeln** goldbraun und gar sind. Die Position der Bleche zwischendurch tauschen.



5. Ranchdressing zubereiten

Die **Petersilie** und ca. **¾ des Dills samt Stängeln** grob schneiden. Den **Schnittlauch** in Röllchen schneiden. Die **Kräuter**, den **Knoblauch** und **1-2TL Zitronenschale** mit **1EL Zitronensaft**, der **Mayonnaise**, 2EL Pflanzenöl, 3-4EL Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß pürieren. Ggf. mehr Wasser zufügen und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Salsa zubereiten

Die **Tomaten** fein würfeln und mit dem **übrigen Zitronensaft** und je 1 Prise **Paprikapulver**, Salz und Pfeffer vermengen. Die „Loaded Fries“ auf Teller verteilen und nach Belieben mit der **Salsa** und dem **Ranchdressing** garnieren. Mit dem **übrigen Dill** garnieren und servieren.