



## V4: Bio-Rindfleischburger mit Tomate & Salat

dazu Quetschkartoffeln aus dem Ofen



ca. 30min



3-4 Personen

Einfach, aber raffiniert soll es heute sein? Dann bist du bei uns mal wieder richtig. Unser Burger wirkt ganz unschuldig, unter dem Brötchendeckel findet sich jedoch ein kulinarisches Kleinod: Das Bio-Fleisch bekommt eine leckere Würzung und wird kross gebraten - mmmh! Dazu gibt es Kartoffeln, die für unseren Genuss einiges erlitten haben ... Wir schwelgen.



## Was du von uns bekommst

- 1kg Babykartoffeln
- 2 Packungen Romanasalat
- 3 Tomaten
- 500g Bio-Rinderhackfleisch
- 50g Panko-Paniermehl <sup>1</sup>
- 1 Päckchen Cajun-Gewürzmischung
- 4 Brioche-Burgerbrötchen <sup>1,3,7</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 3EL Mayonnaise <sup>3</sup>
- 3EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- großer Topf
- große Pfanne
- Sieb

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 1048kcal, Fett 61.0g, Kohlenhydrate 88.8g, Eiweiß 36.3g



**1. Kartoffeln kochen**

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in einem großen Topf mit leicht gesalzenem Wasser bedecken und zum Kochen bringen, dann ca. 12Min. kochen lassen.



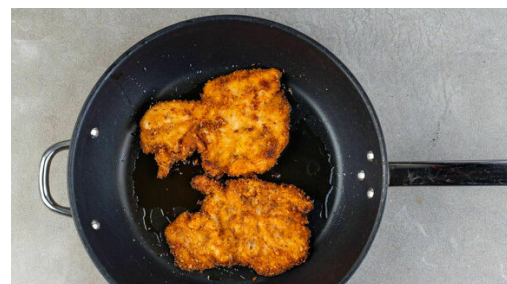
**4. Pattys vorbereiten**

Das **Hackfleisch** mit dem **Panko-Paniermehl**, der **Gewürzmischung** sowie je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer verkneten und zu **4 gleich großen Pattys** formen, dabei die Mitte etwas eindrücken. 3EL Mayonnaise mit 1EL Ketchup zu einer **Würzsauce** verrühren.



**2. Salat vorbereiten**

Den **Salat** in mundgerechte Stücke schneiden. Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden. Aus 3EL Olivenöl, 2EL Essig und je 2 Prisen Salz, Pfeffer und Zucker ein **Dressing** anrühren.



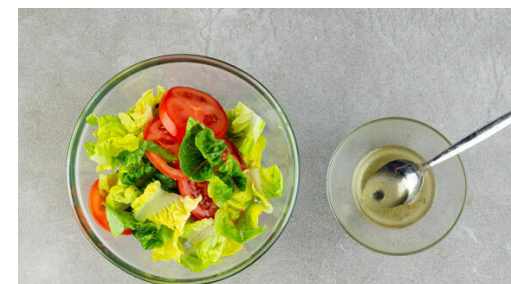
**5. Pattys braten**

Das **Pattys** in einer großen Pfanne mit 3EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. gar braten. **Tipp:** Je nach Größe der Pfanne ggf. eine zweite Pfanne verwenden. Die **Burgerbrötchen** aufschneiden und 2-3Min. im Ofen aufbacken.



**3. Kartoffeln quetschen**

Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen und mit 2EL Olivenöl sowie 1 kräftigen Prise Salz vermengen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und mit der Unterseite des Topfes leicht platt drücken, dann ca. 15min. im Ofen knusprig backen.



**6. Salat fertigstellen**

Die Schnittflächen der **Brötchen** mit der **Würzsauce** bestreichen und mit etwas **Salat**, **Tomate** und den **Pattys** belegen. Die **übrigen Tomaten** und den **übrigen Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Burger** mit den **Quetschkartoffeln** und dem **Salat** anrichten und mit 2EL Ketchup servieren.