



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 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 4 vegane Rindfleischpattys ⁶
- 10g Dill & Petersilie
- 4 Tomaten

Was du zu Hause benötigst

- 6EL vegane Mayonnaise
- 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.

Kochtipp

Wer das Rezept nicht unbedingt vegan zubereiten möchte, kann auch normale Mayonnaise verwenden.

Allergene

Sojabohnen (6). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 800kcal, Fett 51.7g, Kohlenhydrate 55.7g, Eiweiß 24.1g



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.



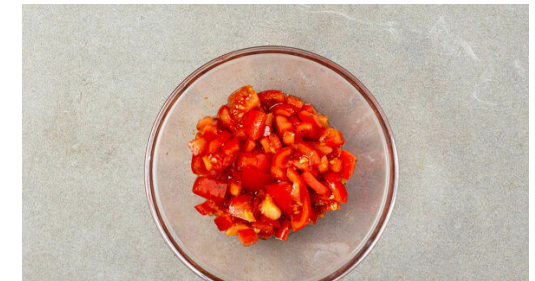
4. Paprika mitbacken

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. Die **Kräuter**, den **Knoblauch** und 1-2TL **Zitronenschale** mit 1EL **Zitronensaft**, 6EL veganer 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.