



V3: Burger mit Bio-Rinderhack und Roter Bete

dazu knusprige Kartoffelwedges



30-40min



3-4 Personen

Australien, das Land Down Under, ist die Heimat von Bären mit Beuteln, Hüten mit Korken - und Burgern mit Roter Bete! Wie, das schmeckt? Und ob! Wenn du heute in deinen saftigen Burger mit würzigem Patty, gekochten Rote-Bete-Scheiben und knusprigen Zwiebelringen beißt, wirst auch du zum Fan des australischen BBQ-Klassikers. Mate, what a beauty!

Was du von uns bekommst

- 1 Rote Bete
- 1kg Babykartoffeln
- 2 Päckchen Grillgewürzmischung
- 2 Zwiebeln
- 500g Bio-Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen Zwiebelmarmelade
- 2 Päckchen Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung
- 3 Tomaten
- 4 Brioche-Burgerbrötchen ^{1,3,7}
- 100g Babyspinat

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise ³
- 2EL Senf ¹⁰
- 4EL Weizenmehl ¹
- Olivenöl, Salz und Pfeffer

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf mit Deckel
- große Pfanne
- Sparschäler

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

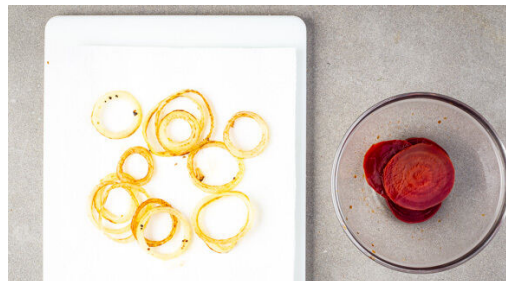
Nährwertangaben pro Portion

Energie 1019kcal, Fett 58.1g, Kohlenhydrate 87.1g, Eiweiß 35.7g



1. Kartoffelwedges backen

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Rote Bete** schälen, in dünne Scheiben schneiden, in einem kleinen Topf mit ausreichend Wasser aufkochen und bei starker Hitze abgedeckt ca. 15Min. garen. Die **Kartoffeln** in ca. 1cm breite Spalten schneiden, mit 2EL Olivenöl, der **½ des Grillgewürzes**, 1TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermengen und 20–25Min. im Ofen backen.



4. Zwiebelringe braten

Die **Zwiebelringe** in einer großen Pfanne mit 4EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2–3Min. knusprig braten und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen. Die **Rote Bete** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



2. Pattys formen

Die **Zwiebeln** schälen, dann **eine Zwiebel** halbieren und fein würfeln und die **andere Zwiebel** in dünne Ringe schneiden. Die **Zwiebelwürfel** mit dem **Hackfleisch**, der **Zwiebelmarmelade**, der **Kräuter-Gewürzmischung**, 2EL Senf, 1TL Salz und ½TL Pfeffer verkneten. Die **Hackmasse** in 4 gleich große **Pattys** mit ca. 10cm Durchmesser formen.



5. Pattys braten

Die **Pattys** in derselben Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–4Min. gar braten. Währenddessen die **Brötchen** aufschneiden und 2–3Min. im Ofen aufbacken.



3. Zwiebeln vorbereiten

4EL Mehl und das **restliche Grillgewürz** auf einem tiefen Teller vermischen. Die **Zwiebelringe** voneinander trennen, in dem **Gewürz-Mehl-Mix** wenden und beiseitestellen. Die **Tomaten** in Scheiben schneiden und mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



6. Burger belegen

Die **Schnittflächen der Brötchen** mit insgesamt 4EL Mayonnaise bestreichen, dann mit dem **Patty**, der **Roten Bete**, dem **Spinat**, den **Tomaten** und den **Zwiebeln** belegen und mit den **Kartoffelwedges** servieren.