



V: Tandoori-Biorindfleischburger

mit Korianderjoghurt und Curry-Karotten



20-30min



3-4 Personen

Burger sind das kulinarische Pendant zum Schweizer Taschenmesser. Sie vereinen alles, was man gerne schnell zur Hand bzw. im Mund haben möchte: unterschiedliche Texturen und Aromen – und natürlich das ganz besondere Gefühl beim Reinbeißen. Wir bieten dir heute eine indisch inspirierte Kreation, fein mit einem Hauch Tandoori-Gewürz, dazu Karottenpommes, frischen Joghurtdip und einen pikanten Karottensalat mit Limette. Mmmh!

- 4 Karotten
- 1 Päckchen Madras-Currypulver

- ## Was du zu Hause benötigst

- Backofen und Backrost
- Backblech und Backpapier
- 2 große Pfannen
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

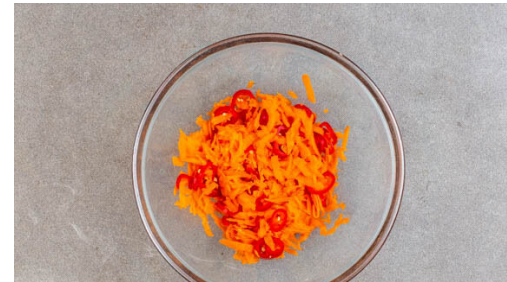
A top-down view of a rectangular metal baking sheet. It is filled with numerous carrot sticks, which are cut into uniform lengths of about 2-3 inches. The carrots are a vibrant orange color. They are scattered across the sheet, with some overlapping. The surface of the carrots appears slightly glistening, indicating they have been coated with oil. There are also small, yellowish-brown granules, likely spices or seasonings, sprinkled over the carrots and the surface of the baking sheet. The background is a plain, light-colored surface.

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen.

3 Karotten längs vierteln und in pommeeartige Stifte schneiden. Die **Karottenstifte** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Pflanzenöl, dem **Currypulver**, 1/2TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermengen und im Ofen 20-22Min. rösten.



Die **Pattys** in zwei großen Pfannen mit je 1EL Pflanzenöl bei sehr starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. goldbraun braten. Währenddessen die **Brötchen** halbieren und auf einem Backrost im Ofen 3-4Min. aufbacken.



Die **Peperoni** in feine Ringe schneiden.
Tipp: Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **Limetten** halbieren und auspressen. Den **Limettensaft** mit 1 EL Wasser, 1½ TL Zucker, 1 kräftigen Prise Salz und den **Peperoniringen nach Geschmack** zu einem **Dressing** verrühren. Die **übrige Karotte** grob raspeln, mit dem **Dressing** vermengen und ziehen lassen.



Die **Korianderblättchen** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Korianderstängel** fein hacken und mit dem **Joghurt**, 4EL Mayonnaise und 1 kräftigen Prise Salz verrühren. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



Das **Hackfleisch** gründlich mit der **Gewürzmischung** und 1 kräftigen Prise Salz verkneten und zu **4 Pattys** formen, die etwa den Durchmesser der **Burgerbrötchen** haben.



Die Schnittflächen der **Burgerbrötchen** mit dem **Korianderjoghurt** bestreichen und nach Belieben mit dem **Karottensalat**, den **Pattys**, den **Korianderblättchen** und den **Lauchzwiebeln** belegen. Die **Tandoori-Burger** mit den **Curry-Karotten** anrichten und ggf. **übrigen Karottensalat** und **Joghurtdip** dazu servieren.