



Superfix: Veggieschnitzel-Burger mit Feta

dazu Schnittlauchcreme und Rote-Bete-Salat



ca. 20min



3-4 Personen

Dies ist ein Superfixburger der Extraklasse - in einem Minimum an Zeit packen wir ein Maximum an Geschmack aufs Brötchen: Es gibt kross gebratene vegane „Hähnchen“-Schnitzel in rauchiger Cajun-Sauce, gebettet auf sanfte Schnittlauchcreme. Cremiger Feta tanzt auf der Burger- und der Salathochzeit - dort hat zwar eindeutig Rote Bete das Sagen, Dill und Feldsalat mischen aber tatkräftig mit. Zu Tisch!

- 20g Schnittlauch & Dill
- 4 vegane Hähnchenschnitzel ³
- 200g Feta ⁴
- 500g Rote Bete, vorgegart
- 100g Feldsalat
- 4 Burgerbrötchen ³
- 4 Pck. BBQ-Sauce ^{1,5}
- 2 Pck. Cajun-Gewürzmischung
- 2 Tomaten

- 4EL Mayonnaise ²
- 2TL Butter ⁴
- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backrost
- große Pfanne

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

Da Rote Bete stark färbt, beim
Verarbeiten am besten
Küchenhandschuhe und Schürze tragen.

Sellerie (1), Eier (2), Gluten (3), Milch (4),
Senf (5). Kann Spuren von anderen
Allergenen enthalten.

Energie 815kcal, Fett 42.2g,
Kohlenhydrate 74.9g, Eiweiß 28.8g



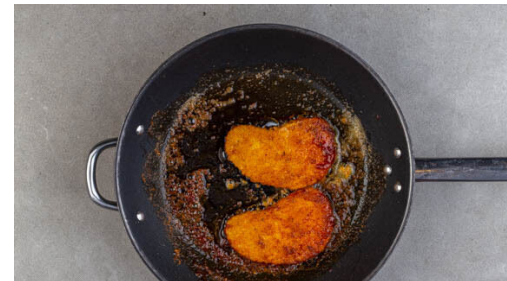
Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden und mit 4EL Mayonnaise verrühren, mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen.



Die **Brötchen** aufschneiden und mit der Schnittseite nach oben auf einem Rost auf der mittleren Schiene im Ofen in 3-5Min. goldbraun aufbacken.



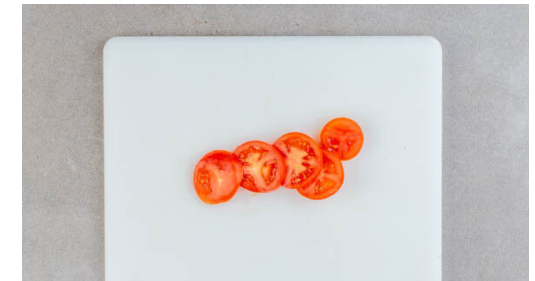
Die **Schnitzel** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-4Min. braten oder bis sie rundherum goldbraun und knusprig sind.



Die **BBQ-Sauce**, 2TL Butter und die **Gewürzmischung** zu den **Schnitzeln** in die Pfanne geben, unterrühren und ca. 1Min. mitbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Schnitzel** in der **Sauce** wenden, bis sie gleichmäßig bedeckt sind.



Den **Feta** grob zerkrümeln. Den **Dill samt Stängeln** grob schneiden. Die **Rote Bete** ggf. vorsichtig abgießen, dann halbieren und in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden. 2EL Essig und 1EL Olivenöl verrühren und mit dem **Dill** und der **Roten Bete** vermengen. $\frac{2}{3}$ **des Feldsalats** und die $\frac{1}{2}$ **des Feta** unterheben und den **Salat** nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.



Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden. Die **Brötchenunterseiten** mit der **Schnittlauchcreme** bestreichen und nach Belieben mit den **Schnitzeln**, dem **restlichen Feldsalat**, den **Tomaten** und dem **restlichen Feta** belegen. Mit den **oberen Brötchenhälften** bedecken und die **Burger** mit dem **Salat** servieren.