



Hähnchenburger mit Tomate und Salat

dazu Quetschkartoffeln aus dem Ofen



ca. 30min



2 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 Fleisch bekommt zuerst eine cajunscharfe Abreibung, es folgt eine cremige Saucenkur, dann wird es mit Panko paniert kross gebraten - mmmh! Dazu gibt es Kartoffeln, die für unseren Genuss einiges erlitten haben ... Wir schwelgen.

- 1 Packung Babykartoffeln
- 1 Packung Romanasalat
- 2 Tomaten
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Cajun-Gewürzmischung
- 25g Panko-Paniermehl ¹
- 2 Brioche-Burgerbrötchen ^{1,3,7}

- 1EL Mayonnaise ³
- 2EL Tomatenketchup
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Fleischklopf
- Sieb

Energie 1046kcal, Fett 58.0g,
Kohlenhydrate 88.8g, Eiweiß 41.2g



4. Fleisch vorbereiten

2. Salat vorbereiten

5. Fleisch braten

3. Kartoffeln quetschen

6. Salat fertigstellen

Die Schnittflächen der **Brötchen** mit der **Würzsauce** bestreichen und mit etwas **Salat**, **Tomate** und dem **Fleisch** belegen. Die **übrigen Tomaten** und den **übrigen Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Burger** mit den **Quetschkartoffeln** und dem **Salat** anrichten und mit 1EL Ketchup servieren.