



Vollkorn-Rindfleischburger

mit Rosmarinzwiebeln und Apfel



30-40min



2 Personen

Es ist mal wieder Burger-Zeit! Passend zum nahenden Herbst haben wir den amerikanischen Klassiker mit gebratenen Apfelscheiben und aromatischen Rosmarin-Zwiebeln belegt. Das passt ganz hervorragend zu den saftigen Rindfleischpattys und zergeht auf der Zunge! Dazu reichst du knusprige Ofenkartoffeln. Lecker!

Was du von uns bekommst

- 500g festkochende Kartoffeln
- 1 rote Zwiebel
- 5g frischer Rosmarin
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 1 Packung Gouda ⁷
- 2 Vollkorn-Burgerbrötchen mit Sesam ^{1,3,7,11}
- 1 Apfel
- 1 Päckchen Mayonnaise ^{3,10}

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Auflaufform
- mittelgroße Pfanne

Vergiss nicht, dein Gemüse gründlich zu waschen. Besonders in grünem Blattgemüse und Salaten können kleine Steinchen enthalten sein.

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 860.0kcal, Fett 39.9g, Eiweiß 42.4g, Kohlenhydrate 77.3g



1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** **samt Schale** in 1-2cm dicke Scheiben schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1-2EL Olivenöl vermengen. Im Ofen 20-25Min. goldbraun rösten. Nach der Hälfte der Zeit einmal wenden.



2. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Rosmarinadeln** von den Stängeln zupfen. Die **Zwiebeln** und den **Rosmarin** in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 3-5Min. glasig anschwitzen. Mit je 1 Prise Salz und Zucker würzen, aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



3. Pattys zubereiten

Das **Hackfleisch** mit Salz und Pfeffer würzen und in **4 gleich große Pattys** formen. Je 1 **Käsescheibe** zwischen **2 Pattys** geben, dann die **Hackfleischmasse** gut zusammendrücken und dabei den Rand so verschließen, dass der **Käse** nicht mehr zu sehen ist.



4. Pattys braten

Die **Burgerbrötchen** 3-5Min. im Ofen aufknuspern, dann aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Die **Pattys** in der Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. kross anbraten. Anschließend in eine Auflaufform geben und 8-10Min. im Ofen fertig garen.



5. Apfel schneiden

Den **Apfel** vierteln, entkernen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Die **Apfelscheiben** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf beiden Seiten 1-2Min. anbraten.



6. Burger bauen

Die **Burgerbrötchen** aufschneiden und die Schnittflächen dünn mit der **Mayonnaise** bestreichen. Mit den **Zwiebeln**, den **Äpfeln** und dem **Fleisch** belegen. Die gerösteten **Kartoffeln** mit Salz und Pfeffer würzen und zu den **Burgern** servieren.