



Veganer Burger Thai-Style

mit Röstzwiebeln und Süßkartoffelpommes



ca. 35min



2 Portionen

Entdecke mit diesem Burger die verführerischen Aromen der thailändischen Küche! Saftige vegane Rindfleischpattys treffen heute auf Paprika, Thai-Basilikum, Sweet-Chili-Sauce und – jetzt kommt's – Röstzwiebeln. Alles schön in knusprige Burgerbrötchen eingebettet. Als Beilage gibt es würzige Süßkartoffelpommes aus dem Ofen. Ein echter Genuss auf pflanzlicher Basis. Guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 2 Süßkartoffeln
- 1 Paprika
- 1 unbehandelte Limette
- 2 vegane Rindfleischpattys²
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 1 Pck. indonesische Gewürzmischung
- 2 Burgerbrötchen¹
- 10g Thai-Basilikum
- 1 Pck. Röstzwiebeln¹

Was du zu Hause benötigst

- 2EL vegane Mayonnaise
- 2TL vegane Margarine
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Zitruspresse

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

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 943kcal, Fett 51.5g, Kohlenhydrate 87.2g, Eiweiß 26.6g



1. Süßkartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** ggf. schälen und in ca. 1cm dicke, pommesartige Stifte schneiden. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und mit 1½EL Pflanzenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.



4. Gemüse würzen

Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die **Süßkartoffeln** und die **Paprika** mit ¾ der **Gewürzmischung** vermengen.



2. Gemüse rösten

Die **Paprika** halbieren, entkernen und mit den Schnittflächen nach unten zeigend auf das Backblech geben. Die **Paprikahälften** von außen mit insgesamt ½EL Pflanzenöl einreiben und und **jede Paprikahälfte** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Gemüse** ca. 18Min. im Ofen backen.



5. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** aufschneiden und auf einen Backrost geben. Das Backblech und den Backrost in den Ofen schieben und ca. 2Min. backen, bis die **Brötchen** knusprig und die **Süßkartoffeln** weich sind. Inzwischen die ½ der **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen, die andere **Hälfte** für ein anderes Rezept aufbewahren.



3. Pattys braten

Die **Limette** halbieren und **eine Hälfte** in Spalten schneiden, die **übrige Hälfte** auspressen. Die **veganen Rindfleischpattys** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-5Min. braten, bis sie goldbraun und gar sind. Die **Sweet-Chili-Sauce**, den **Limettensaft** und 2TL vegane Margarine zugeben und die **Pattys** gut in der **Sauce** wenden.



6. Dip zubereiten

Die **restliche Gewürzmischung** mit 2EL veganer Mayonnaise und 1TL Wasser zu einem **Dip** verrühren. Die **Brötchenhälften** mit etwas **Dip** bestreichen, dann mit den **Pattys**, der **Paprika**, dem **Basilikum** und den **Röstzwiebeln** belegen. Die **Burger** mit den **Süßkartoffelpommes** anrichten und mit dem **restlichen Dip** und den **Limettenspalten** servieren.