



Beef Burger mit süßen Zwiebeln

mit Orangenmayo und Süßkartoffelpommes



20-30min



2 Personen

Knusprige Brötchen, saftiges Rinderhackfleisch und ein würziges Topping aus mit Schwarzer-Johannisbeer-Marmelade karamellisierten Zwiebeln – ja, das ergibt einfach einen traumhaft guten Burger! Dazu noch köstliche Süßkartoffelpommes mit einer feinen Orangenmayonnaise, fertig ist dein vollendeter Feierabendschmaus!

Was du von uns bekommst

- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- 1 Süßkartoffel
- 1 Päckchen Schwarze Johannisbeermarmelade
- 1 unbehandelte Orange
- 2 Päckchen Mayonnaise ^{3,10}
- 1 Packung Rinderhackfleisch
- 2 Päckchen mittelscharfer Senf ¹⁰
- 2 Vollkorn-Burgerbrötchen mit Sesam ^{1,7,11,13}

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Sparschäler
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10), Sesamsamen (11), Lupinen (13). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1035kcal, Fett 50.7g, Kohlenhydrate 103.6g, Eiweiß 38.3g



1. Zwiebel schneiden

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen und in dünne Ringe schneiden. Die **Tomate** vom Strunk befreien und in dünne Scheiben schneiden.



2. Süßkartoffelpommes backen

Die **Süßkartoffel** schälen und in ca. 1 cm dünne, pommesartige Stifte schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl und 1 Prise Salz vermengen, gleichmäßig verteilen und 12-15Min. im Ofen knusprig backen.



3. Zwiebeln braten

Die **Zwiebeln** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 7-8Min. anbraten. Die **Marmelade**, 1EL Essig und 1EL Wasser unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Zwiebeln** in einer Schüssel warm halten. Die Pfanne aufbewahren.



4. Dip zubereiten

Die **Orangenschale** abreiben, dann die **Orange** halbieren und auspressen. Die **Mayonnaise** mit **2TL Orangensaft** und **Orangenabrieb nach Geschmack** verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Pattys braten

Das **Hackfleisch** mit Salz, Pfeffer und **Senf nach Geschmack** verkneten und zu **2 ca. 1cm dicken Pattys** formen. In der Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. braten, bis die **Pattys** durch sind.



6. Brötchen aufbacken

Die **Burgerbrötchen** im Ofen ca. 4Min. aufknuspern, dann halbieren und nach Belieben mit den **Pattys**, den **karamellisierten Zwiebeln** und den **Tomaten** belegen. Die **Burger** mit den **Süßkartoffelpommes** und dem **Orangen-Mayonnaise-Dip** servieren.