



Veggie-Burger mit Champignon-Käse-Patty

Caprese-Style mit buntem Salat



ca. 25min



2 Personen

Wer liebt sie nicht, die klassische Kombination aus frischer Tomate, aromatischem Basilikum und cremigem Mozzarella? Übrigens viel Mozzarella, für noch mehr Protein! Ergänzt um Zucchini und Pinienkerne und ein leckeres Champignonpatty, ganz ohne Zusatz von Aromen, Farbstoffen und Geschmacksverstärkern, ergibt das einen phänometastischen Burger. Guten Appetit!

- 2 Mozzarellas ³
- 2 Tomaten
- 1 Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 10g Basilikum
- 15g Pinienkerne
- 2 Champignon-Käse-Pattys ^{1,3}
- 2 Burgerbrötchen ²

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sparschäler

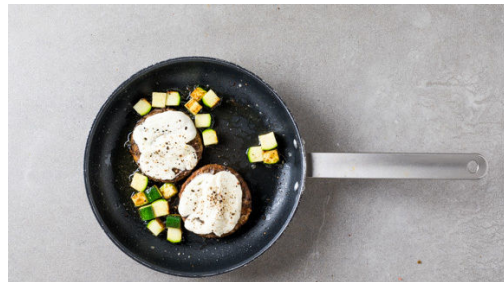
Wer mag, kann auch den gesamten Mozzarella verwenden.

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

Energie 773kcal, Fett 50.1g,
Kohlenhydrate 48.3g, Eiweiß 32.3g



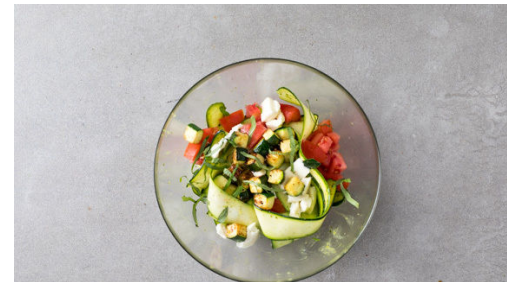
Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. **1½ Mozzarellas** in dünne Scheiben schneiden, **4 Scheiben** beiseitelegen, die **restlichen Scheiben** würfeln. **4 Tomatenscheiben** abschneiden und beiseitelegen. Die **übrige Tomate** und die **zweite Tomate** würfeln. Die **Zucchini** mit einem Sparschäler in feine Streifen schneiden, das **Kerngehäuse** auslassen und in Würfel schneiden.



Jedes **Patty** mit **2 Scheiben Mozzarella** belegen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Zucchiniwürfel** um die **Pattys** verteilen und alles 2-3Min. abgedeckt braten. Die **Brötchen** aufschneiden und 2-3Min. im Ofen aufbacken.



Den **Knoblauch** schälen und halbieren. Ca. **3 Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen, fein schneiden und beiseitelegen. Das **restliche Basilikum samt Stängeln** mit 2EL Olivenöl, 1-2EL Wasser und der **½ des Knoblauchs oder mehr nach Geschmack** in einem hohen Gefäß pürieren. Das **Kräuteröl** mit Salz, Pfeffer und ggf. 1 Prise Zucker abschmecken.



Die **Zucchini**streifen mit dem **geschnittenen Basilikum** sowie den **Tomaten-, Zucchini- und Mozzarella**würfeln, **2EL Kräuteröl** und 1EL Essig vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Die **Pinienkerne** in einer mittelgroßen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. goldbraun anrösten. **Vorsicht**, sie können schnell zu dunkel werden. Zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen. Die **Burgerpattys** in derselben Pfanne mit 1TL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. anbraten.



Die **Brötchen** mit dem **restlichen Kräuteröl** bestreichen und nach Geschmack mit den **Pattys**, den **Tomatenscheiben** und einigen **Pinienkernen** belegen. Den **Salat** mit den **restlichen Pinienkernen** garnieren und zu den **Burgern** servieren.