



Burger mit Koriander-Gurken-Raita

und gebackenem Blumenkohl indische Art



20-30min



2 Personen

Wenn ein Burger eine Reise macht ... dann kommt er auch schon mal an Indien vorbei und kann den köstlichen Aromen nicht widerstehen. Er packt gerösteten Blumenkohl ein, der mit Currypulver verfeinert und gebacken wird, und belädt sein saftiges Rindfleischpatty mit ganz viel erfrischender Joghurt-Gurken-Raita mit Koriander. Die leicht süßlichen Brioche-Brötchen passen dazu ganz formidabel. Gut gemacht, Burger!

- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Stück frischer Ingwer
- 1 Tomate
- 1 Blumenkohl
- 1 Päckchen Madras-Currypulver

- 2 Brioche-Burgerbrötchen ^{1,3,7}
- 10g frischer Koriander
- 1 Minigurke
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Packung Rinderhackfleisch

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

Allergene

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

Energie 894kcal, Fett 47.1g,
Kohlenhydrate 67.9g, Eiweiß 43.7g



4. Pattys formen

2. Blumenkohl backen

5. Pattys braten

3. Raita zubereiten

6. Burger belegen

Die **Burgerbrötchen** nach Belieben mit den **Pattys**, den **Tomaten**, den **Zwiebeln** und der **Raita** belegen und die **Burger** mit dem **Blumenkohl** sowie ggf. **restlicher Raita** servieren.