



Burger mit Rinderhack und Spiegelei

dazu Knoblauchcreme und Coleslaw mit Apfel



30-40min



3-4 Personen

Oh Mann, sieht der gut aus, der Burger! Was du heute auf den Teller zauberst, ist ein wahres Gedicht: ein saftiges Rindfleischpatty auf knoblauchiger Sauce, gekrönt von einem herzhaften Spiegelei und begleitet von einem zitronigen Krautsalat. Wer sollte dazu schon Nein sagen?

- 2 Äpfel
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Weißkohl
- 500g Rinderhackfleisch
- 4 Burgerbrötchen ²
- 4 Bio-Eier ¹

- 4EL Mayonnaise ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- Backofen
- große Pfanne
- Knoblauchpresse
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Energie 750kcal, Fett 45.9g,
Kohlenhydrate 48.1g, Eiweiß 36.9g



4. Pattys formen

2. Knoblauchcreme anrühren

5. Pattys braten

3. Salat zubereiten

6. Spiegeleier braten

Die **Eier** aufbrechen und in derselben Pfanne im Bratfett bei mittlerer Hitze in 3–4Min. zu **Spiegeleiern** braten. Mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Die **Burgerbrötchen** nach Belieben mit der **Knoblauchcreme** bestreichen, mit den **Pattys**, den **Tomaten** und den **Spiegeleiern** belegen und mit dem **Salat** servieren.