



Veganer Burger Thai-Style

mit Röstzwiebeln und Süßkartoffelpommes



ca. 40min



4 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

- 4 Süßkartoffeln
- 2 Paprika
- 2 unbehandelte Limetten
- 4 vegane Rindfleischpattys ²
- 100ml Sweet-Chili-Sauce
- 2 Pck. indonesische Gewürzmischung
- 4 Burgerbrötchen ¹
- 10g Thai-Basilikum
- 1 Pck. Röstzwiebeln ¹

Was du zu Hause benötigst

- 4EL vegane Mayonnaise
- 1EL vegane Margarine
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große 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 919kcal, Fett 48.8g, Kohlenhydrate 87.1g, 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 zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben und mit je 1½EL Pflanzenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.



4. Gemüse würzen

Die Backbleche aus dem Ofen nehmen und die **Süßkartoffeln** und die **Paprika** mit $\frac{3}{4}$ der Gewürzmischung vermengen.



2. Gemüse rösten

Die **Paprika** halbieren, entkernen und mit den Schnittflächen nach unten zeigend auf eine der Backbleche geben. Die **Paprikahälften** von außen mit insgesamt 1EL Pflanzenöl einreiben und **jede Paprikahälfte** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Gemüse** ca. 18Min. im Ofen backen. Je nach Ofen die Position der Bleche nach der Hälfte der Zeit tauschen.



5. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** aufschneiden und auf einen Backrost geben. Die Backbleche und den Backrost in den Ofen schieben und ca. 2Min. backen, bis die **Brötchen** knusprig und die **Süßkartoffeln** weich sind. Inzwischen die **Basilikumblätter** von den Stängeln zupfen.



3. Pattys braten

1 Limette halbieren und auspressen, die **andere Limette** in 4 Spalten schneiden. Die **veganen Rindfleischpattys** in einer großen Pfanne mit 1½EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-5Min. braten, bis sie goldbraun und gar sind. Die **Sweet-Chili-Sauce**, den **Limettensaft** und 1EL vegane Margarine zugeben und die **Pattys** gut in der **Sauce** wenden.



6. Dip zubereiten

Die **restliche Gewürzmischung** mit 4EL veganer Mayonnaise und 1-2TL 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.