



## Veganer Teriyaki-Burger

mit Röstzwiebeln und Tomaten-Spinat-Salat



ca. 20min



4 Portionen

Es ist mal wieder an der Zeit für Fast Food der besonderen Sorte: Heute gönnst du dir einen Turbo-Burger mit krossen Röstzwiebeln, cremigem Slaw mit Würzkick – und natürlich einem saftigen „Rindfleisch“-Patty! Das vegane Patty darf sich noch fein in Teriyakisauce kleiden, bevor es elegant auf dem Brötchenbett Platz nimmt. Dazu servierst du einen erfrischenden Salat mit Hoisin-Dressing. Schnell, lecker, Lieblingsgericht!

## Was du von uns bekommst

- 2 Pck. hawaiianische Gewürzmischung <sup>2</sup>
- 400g geschnittener Weißkohl
- 4 Burgerbrötchen <sup>1</sup>
- 4 Tomaten
- 50ml Hoisinsauce <sup>1,2,3</sup>
- 100g Babyspinat (ungewaschen)
- 4 vegane Rindfleischpattys <sup>3</sup>
- 100ml Teriyakisauce <sup>1,3</sup>
- 2 Pck. Röstzwiebeln <sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 5EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- große Pfanne

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

## Allergene

Gluten (1), Sesamsamen (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

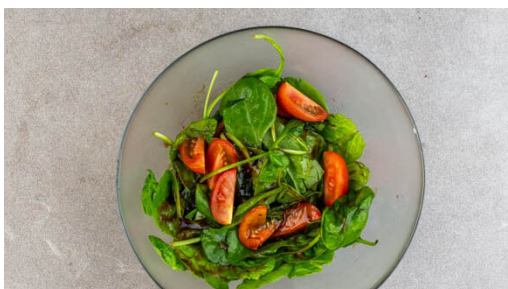
## Nährwertangaben pro Portion

Energie 729kcal, Fett 36.7g, Kohlenhydrate 65.6g, Eiweiß 28.0g



### 1. Slaw zubereiten

4EL vegane Mayonnaise, 2EL Essig, die **Gewürzmischung** und 1 kräftige Prise Salz verrühren. Den **Weißkohl** gründlich mit dem **Würz dressing** vermengen, ggf. leicht durchkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 4. Salat zubereiten

Die **Hoisinsauce** mit 1EL veganer Mayonnaise und 2EL Essig zu einem **Dressing** verrühren. **2 Handvoll Spinat** beiseitelegen, den **restlichen Spinat** und die **Tomaten** mit dem **Dressing** vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 2. Brötchen rösten

Die **Brötchen** halbieren und in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze auf jeder Seite in ca. 2Min. goldbraun anrösten, ggf. eine zweite Pfanne verwenden. Die **Brötchen** aus der Pfanne nehmen, die Pfanne aufbewahren.



### 5. Pattys braten

Die **Pattys** in der Pfanne mit 1½EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3-5Min. bräunlich anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen und die **Teriyakisauce** zugeben. Die **Pattys** in der **Sauce** wenden, bis sie gleichmäßig bedeckt sind, ggf. 2-3TL warmes Wasser zugeben.



### 3. Tomaten schneiden

Die **Tomaten** in Spalten schneiden.



### 6. Burger belegen

Die **Brötchen** nach Belieben mit dem beiseitegelegten **Spinat**, dem **Slaw**, den **Pattys**, der **Sauce** aus der Pfanne und den **Röstzwiebeln** belegen. Den **Salat** mit den **übrigen Röstzwiebeln** garnieren und mit dem **übrigen Slaw** zu den **Teriyaki-Burgern** servieren.