



Kimchi-Speck-Burger & Karottenpommes

mit Koriander-Mayo-Dip



30-40min



4 Portionen

Wenn man es drauf anlegt, bekommt man die halbe Welt zwischen zwei Brötchenscheiben. Das haben wir uns für heute gar nicht vorgenommen, aber eine kleine kulinarische Reise darf es schon sein: Knuspriger Schweinebauch trifft auf Ingwer, Mayo auf Kimchi und frischen Koriander. Die Gurken und die gerösteten Karotten müssen wir eigentlich gar nicht mehr erwähnen, wir sind bereits angekommen: Endstation Burgerhimmel!

Was du von uns bekommst

- 3 Karotten
- 1 Stück Ingwer
- 50ml Tamari-Sojasauce ³
- 2 Pck. Schweinebauch
- 1 große Gurke
- 1 Pck. Bio-Kimchi
- 10g Koriander
- 4 High-Protein-Burgerbrötchen ²

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise ¹
- 1TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und 2 Backbleche
- Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Sieb

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 657kcal, Fett 41.2g, Kohlenhydrate 51.0g, Eiweiß 22.1g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen und in fingerdicke, pommestartige Streifen schneiden. Den **Ingwer** schälen, sehr fein würfeln oder reiben und mit der **Sojasauce** und 1TL Honig verrühren.



2. Karotten und Speck backen

Den **Bauchspeck** jeweils quer halbieren, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen und mit der **Ingwersauce** bestreichen. Die **Karotten** ebenfalls auf das Backblech geben, mit 2EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und alles 15-25Min. im Ofen backen, bis der **Speck** schön karamellisiert und knusprig ist und die **Karotten** gar sind.



3. Gurke einlegen

2EL hellen Essig mit ½TL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz verrühren, bis sich der Zucker und das Salz aufgelöst haben. Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden und untermengen.



4. Dip zubereiten

Ca. **¼ des Kimchis** mit 4EL Mayonnaise, der **½ des Korianders** und **2TL Kimchiflüssigkeit** in einem hohen Gefäß cremig pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



5. Brötchen aufbacken

Die **Burgerbrötchen** auf einem zweiten Backblech 2-3Min. im Ofen erwärmen. **Tipp:** Wer mag, kann die **Brötchen** auch zu den **Karotten** auf das Blech legen. Die **Brötchen** vor dem Aufschneiden etwas abkühlen lassen.



6. Koriander schneiden

Den **restlichen Koriander** grob schneiden. Die **Gurken** abgießen. Die **Brötchen** nach Belieben mit **1-2EL Koriander-Mayo-Dip** bestreichen und mit dem **Bauchspeck**, **1-2EL Kimchi**, den **Gurken** und dem **Koriander** belegen. Die **Burger** mit den **Karottenpommies** anrichten und mit dem **restlichen Dip** servieren.