



## Saftiger Sauerkraut-Burger

mit Rucola-Tomaten-Salat



ca. 20min



2 Portionen

Sauerkraut im Burger? Was deutsch klingt, ist tatsächlich amerikanisch inspiriert: Auf der anderen Seite des großen Teichs ist das Reuben-Sandwich ein echter Klassiker. Das übliche Corned Beef haben wir durch Hackpattys von Rind und Schwein ersetzt, die wir auf weiche Burgerbrötchen betten. Deftiges Sauerkraut und geschmolzener Käse vervollkommen den köstlichen Schmaus, der mit einem frischen Salat serviert wird. Enjoy!

## Was du von uns bekommst

- 250g Weinsauerkraut
- 1 Tomate
- 50g Rucola
- 250g gemischtes Hack von Rind und Schwein
- 2 High-Protein-Burgerbrötchen<sup>2</sup>
- 75g geriebener Cheddar<sup>3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL Mayonnaise<sup>1</sup>
- 1EL Tomatenketchup
- 1EL Senf<sup>4</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- mittelgroßer Topf
- mittelgroße Pfanne mit Deckel

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

## Kochtipp

Wer mag, kann auch mehr Käse verwenden.

## Allergene

Eier (1), Gluten (2), Milch (3), Senf (4). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 895kcal, Fett 62.5g, Kohlenhydrate 40.5g, Eiweiß 40.2g



1. Dip anrühren



2. Sauerkraut erwärmen



3. Salat vorbereiten



4. Pattys braten



5. Käse schmelzen



6. Belegen und servieren