



## Sloppy-Joe-Burger

mit geröstetem Romanasalat



ca. 45min



8 Portionen

Mit diesem Rezept wird groß aufgetischt – und zwar in XXL! Denn egal, ob du mal wieder die gesamte Familie am Tisch zusammenbringst, einen geselligen Abend mit Freunden planst oder für dich selbst vorkochen möchtest – unsere doppelte Portion macht es möglich! Einmal kochen, zweimal genießen: einfach, praktisch, lecker. (Dieses Rezept ergibt je nach gewählter Kochbox 4 oder 8 Portionen.)



## Was du von uns bekommst

- 2 Karotten
- 3 Knoblauchzehen
- 4 Pck. Romanasalat
- 2 Tomaten
- 750g Schweinehackfleisch
- 2 Pck. geräuchertes Paprikapulver
- 8 Burgerbrötchen <sup>2</sup>
- 2 Pck. Knoblauch-Kräuter-Gewürzmischung

## Was du zu Hause benötigst

- 8EL Mayonnaise <sup>1</sup>
- 6EL Tomatenketchup
- 1TL Senf <sup>3</sup>
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen und 1-2 Backbleche
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- Küchenpinsel

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

### Allergene

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

### Nährwertangaben pro Portion

Energie 542kcal, Fett 28.4g, Kohlenhydrate 44.6g, Eiweiß 26.2g



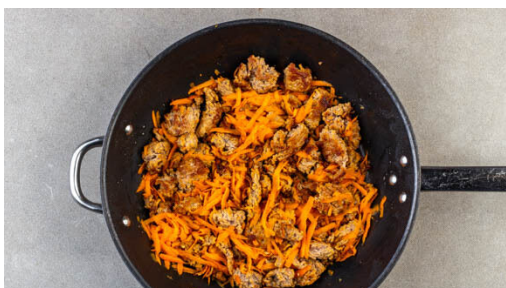
### 1. Gemüse schneiden

Den Backofen auf 180°C (160°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen und grob raspeln. Den **Knoblauch** schälen und fein würfeln. Den **Romanasalat** jeweils längs halbieren. Die **Tomaten** in ca. 2cm große Würfel schneiden.



### 4. Brötchen & Salat rösten

Die **Brötchen** aufschneiden und 3-5Min. im Ofen aufbacken. Die **Brötchen** aus dem Ofen nehmen und die Grillfunktion anschalten. Die **Salathälften** auf 1-2 Bleche ohne Backpapier geben und von allen Seiten mit 2EL Pflanzenöl bepinseln. Den **Romanasalat** 2-3Min. im Ofen grillen, dann wenden und weitere 2-3Min. grillen, bis er leicht gebräunt ist.



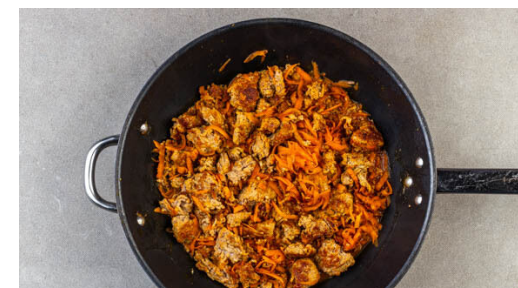
### 2. Hackfleisch braten

Das **Hackfleisch** mit 2TL Pflanzenöl in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze in 3-4Min. goldbraun und krümelig braten. Die **Karotten** und den **Knoblauch** zugeben und unter Rühren ca. 3Min. mitbraten, bis die **Karotten** weich sind. **Tipp:** Je nach Größe der Pfanne ggf. eine zweite Pfanne verwenden.



### 5. Dressing zubereiten

Die **Gewürzmischung** mit 8EL Mayonnaise, 2TL hellem Essig und ½TL Zucker verrühren, dann teelöffelweise Wasser zugeben, bis ein flüssiges **Dressing** entsteht.



### 3. Sauce köcheln

Die **½ des Paprikapulvers**, 1TL Salz und 150ml Wasser in die Pfanne rühren und aufkochen. Die Hitze reduzieren und die **Sauce** bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren 8-10Min. köcheln lassen, dann vom Herd nehmen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 6. Anrichten & servieren

6EL Ketchup mit 1TL Senf, 1TL Essig und dem **restlichen Paprikapulver** verrühren und auf die **Brötchenhälften** streichen, dann mit der **Hackfleischmischung** füllen. Die **Salathälften** mit dem **Dressing** und den **Tomatenwürfeln** garnieren und zu den **Burgern** servieren.