

MARLEY SPOON



Beef Burger vom Bio-Rind

dazu Süßkartoffelpommes und Feldsalat



ca. 30min



2 Portionen

Manchmal muss es einfach ein deftiger Burger sein, um die Gelüste nach Soulfood auszumerzen. Und dieser amerikanische Klassiker mit saftigem Bio-Rinderhackfleisch macht mit herzhaftem Käse und einer selbstgemachten süßen Zwiebelmarmelade so richtig Appetit. Dazu servierst du leckere Süßkartoffelpommes aus dem Ofen und einen würzigen Feldsalat. Und jetzt: genießen!

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 2 Süßkartoffeln
- 1 Knoblauchzehe
- 250g Bio-Rinderhackfleisch
- 2 Burgerbrötchen¹
- 100g junger Gouda, gerieben²
- 50g Feldsalat

Was du zu Hause benötigst

- ½EL Butter²
- ¼TL Senf³
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Balsamicoessig⁴

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- kleiner Topf
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- Küchenreibe

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

Allergene

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

Nährwertangaben pro Portion

Energie 967kcal, Fett 51.0g, Kohlenhydrate 80.5g, Eiweiß 43.3g



1. Zwiebel einköcheln

Den Backofen auf 220°C (200°C Umluft) vorheizen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. In einem kleinen Topf mit ½EL Butter, 2½EL Balsamicoessig, 1EL Wasser, 1½EL Zucker sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer bei niedriger bis mittlerer Hitze 8-10Min. köcheln, bis die **Zwiebeln** weich und marmeladenartig eingekocht sind.



4. Pattys formen

Die **½ des Knoblauchs** schälen und fein reiben. In einer Schüssel das **Hackfleisch** mit dem **geriebenen Knoblauch** und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen, dann zu **2 gleich großen Pattys** formen. Die **Brötchen** aufschneiden.



2. Süßkartoffeln backen

Die **Süßkartoffeln samt Schale** längs halbieren und in pommesartige Stifte schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech verteilen, mit 1EL Olivenöl und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und 20-25Min. im Ofen backen. Nach der Hälfte der Backzeit wenden.



5. Pattys braten

Die **Pattys** in einer mittelgroßen Pfanne mit ½EL Olivenöl bei mittlerer bis starker Hitze 3-4Min. braten. Dann wenden, mit der **½ des Käses** belegen und abgedeckt 3-4Min. weiterbraten, bis der **Käse** geschmolzen und das **Fleisch** gar ist. Auf einem Teller abgedeckt warm halten. Die **Süßkartoffelpommes** auf Teller verteilen und, falls vorhanden, die Grillfunktion des Ofens einschalten.



3. Dressing anrühren

In einer großen Schüssel ½EL Olivenöl mit ½EL Balsamicoessig, ½TL Zucker, ¼TL Senf und je 1 Prise Salz und Pfeffer zu einem **Dressing** verrühren.



6. Brötchen rösten

Die **Brötchen** auf das Backblech legen und die **unteren Brötchenhälften** mit dem **restlichen Käse** bestreuen, dann 2-3Min. rösten, bis der **Käse** geschmolzen ist. Den **Salat** mit dem **Dressing** vermengen. Die **Brötchen** mit den **Pattys** und der **Zwiebelmarmelade** belegen. Die **Burger** mit den **Süßkartoffelpommes** und dem **Salat** servieren.