



## Loaded Fries mit veganem Burgerfleisch

mit Paprika, Ranchdressing und Salsa



ca. 45min



3 Portionen

Eine dankbare Alternative zum alteingesessenen Klassiker der deutschen Fast-Food-Szene, Pommes rot-weiß, auch bekannt als „Pommes Schranke“: Hier sind unsere veganen „Loaded Fries“, also Fritten mit buntem Topping! Dich erwartet eine köstliche Aromenvielfalt, denn Paprika, Zwiebeln und pflanzliches „Fleisch“ werden gut gewürzt, mit den Kartoffeln knusprig gebacken und mit Tomatensalsa und Ranchdressing serviert. Yummy!

## Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 1 Pck. edelsüßes Paprikapulver
- 2 Paprika
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 unbehandelte Zitrone
- 4 vegane Rindfleischpattys<sup>1</sup>
- 10g Dill & Petersilie
- 3 Tomaten

## Was du zu Hause benötigst

- 5EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Küchenwaage
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

## Kochtipp

Wer das Rezept nicht unbedingt vegan zubereiten möchte, kann auch normale Mayonnaise verwenden.

## Allergene

Sojabohnen (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 775kcal, Fett 49.7g,  
Kohlenhydrate 59.8g, Eiweiß 19.4g



### 1. Kartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. **750g Kartoffeln samt Schale** längs halbieren, dann in Spalten schneiden.



### 2. Kartoffeln backen

Die **Kartoffeln** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2½EL Pflanzenöl sowie je ¼TL **Paprikapulver**, Salz und Pfeffer vermengen. Gleichmäßig verteilen und ca. 10Min. im Ofen backen.



### 3. Zutaten vorbereiten

Die **Paprika** vierteln, entkernen und in dünne Streifen schneiden. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



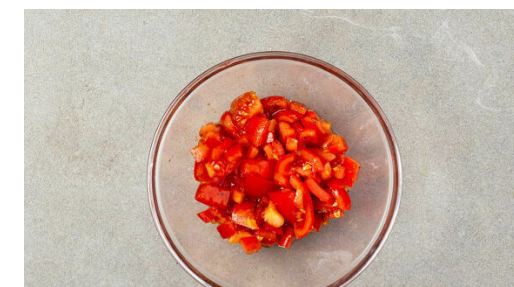
### 4. Paprika mitbacken

**3 Pattys** mit den Fingern in 1-2cm große Stücke zerkrümeln und mit der **Paprika**, den **Zwiebeln**, 1½EL Pflanzenöl, ¼TL **Paprikapulver** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen. Nach ca. 10Min. Backzeit auf den **Kartoffeln** verteilen und alles noch 15-20Min. im Ofen backen, bis die **Kartoffeln** goldbraun und gar sind.



### 5. Ranchdressing zubereiten

Die **Petersilie** und die **½ des Dills samt Stängeln** grob schneiden. Die **Kräuter**, den **Knoblauch** und **1TL Zitronenschale** mit **2EL Zitronensaft**, 5EL veganer Mayonnaise, 1EL Pflanzenöl, 2-3EL Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß pürieren. Ggf. mehr Wasser zufügen und erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken.



### 6. Salsa zubereiten

Die **Tomaten** fein würfeln und mit dem **übrigen Zitronensaft** und je 1 Prise **Paprikapulver**, Salz und Pfeffer vermengen. Die „Loaded Fries“ auf Teller verteilen und nach Belieben mit der **Salsa** und dem **Ranchdressing** garnieren. Mit dem **übrigen Dill** garnieren und servieren.