



Thai-Burger mit gemischtem Hack

und Aubergine, dazu gerösteter Brokkoli



30-40min



3-4 Personen

Eins ist klar: Ein guter Burger steigt und fällt mit dem Patty. Ideal ist eine Mischung aus Rinder- und Schweinehackfleisch, denn dadurch wird die tolle Boulette nicht nur würzig-deftig, sondern auch besonders saftig. Rote Currypaste, frischer Koriander und gebackene Auberginen verwandeln den zeitlosen Klassiker in eine geschmackliche Fernreise. Schneller und günstiger kommst du nicht nach Thailand!

- 1 Aubergine
- 1 Brokkoli
- 4 Burgerbrötchen mit Sesam
1,7,11,13
- 2 rote Zwiebeln
- 10g Koriander
- 2 Packungen gemischtes Hackfleisch (Rind & Schwein)
- 3 Päckchen Panko-Paniermehl ¹
- 1 Packung rote Currypaste
- 2 Päckchen Cashewkerne ¹⁵
- 1 unbehandelte Limette
- 3 Päckchen Mayonnaise ^{3,10}

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1039kcal, Fett 66.7g,
Kohlenhydrate 66.2g, Eiweiß 41.8g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Aubergine** in ca. 2cm dicke Scheiben schneiden, jede Scheibe von beiden Seiten mit 1 Prise Salz würzen und 5min. ziehen lassen, dann trocken tupfen. Auf einem mit Backpapier belegten Blech von beiden Seiten mit etwas Pflanzenöl beträufeln und ca. 20Min. im Ofen backen, bis die **Auberginen** butterweich sind. Nach der Hälfte der Zeit wenden.



Die **Cashews** grob hacken und in einer großen Pfanne ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze 2-3Min. goldbraun anrösten. zum Abkühlen aus der Pfanne nehmen.



Den **Brokkoli** in mundgerechte Röschen schneiden, auf einem zweiten mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1 EL Olivenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen und 14-16 Min. im Ofen unter den **Auberginen** rösten, bis der **Brokkoli** appetitlich gebräunt ist. Die **Burgerbrötchen** aufschneiden und mit den Schnittflächen nach oben während der letzten 3-4 Min. mitbacken.



Die **Pattys** in derselben Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis starker Hitze auf jeder Seite 4-5Min. anbraten. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. 2EL Pflanzenöl mit dem **Limettensaft** und 1TL Zucker zu einem **Dressing** verrühren. Die **Mayonnaise** mit dem **Limettenabrieb** und 1-2EL Wasser verrühren.



Die **Zwiebeln** schälen und halbieren, **zwei Hälften** fein würfeln. Die **Korianderblätter** abzupfen. Die **Korianderstängel** fein schneiden und mit den **Zwiebelwürfeln** und dem **Panko-Paniermehl** zum **Hackfleisch** geben. Je nach Schärfewunsch **2/3 oder die gesamte Currypaste** sowie **1/2 TL Salz** zugeben, alles gut verkneten und **4 gleich große Pattys** formen.



Die **übrigen Zwiebelhälften** in feine Streifen schneiden und die **1/2 der Zwiebeln** mit den **Cashews** und dem **Dressing** unter den **Brokkoli** mengen. Die **Brötchen** mit der **Mayonnaise** bestreichen, mit den **übrigen Zwiebeln**, den **Auberginen**, den **Pattys** und den **Korianderblättern** belegen und die **Burger** mit dem **Brokkolisalat** servieren.