



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!

Was du von uns bekommst

- 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-Paniermehl¹
- 1 Packung rote Currypaste
- 2 Päckchen Cashewkerne¹⁵
- 1 unbehandelte Limette
- 3 Päckchen Mayonnaise^{3,10}

Was du zu Hause benötigst

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10), Sesamsamen (11), Lupinen (13), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

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



1. Aubergine backen

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.



4. Cashews anrösten

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.



2. Brokkoli rösten

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



5. Pattys braten

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.



3. Pattys vorbereiten

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 1/2TL Salz zugeben, alles gut verkneten und **4 gleich große Pattys** formen.



6. Salat zubereiten

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.