MARLEY SPOON

Veganer Teriyaki-Burger

mit Paprika, Spinat und Süßkartoffelpommes

30-40min 4 Portionen

Entdecke die unwiderstehlichen Aromen unseres veganen Burgers! Saftige vegane Rindfleischpattys mit Teriyakisauce treffen auf gebackene Paprika und feinen Spinat, eingebettet in knusprige Burgerbrötchen. Als Beilage gibt es Süßkartoffelpommes aus dem Ofen, mit einer exotischen Gewürzmischung verfeinert. Ein sättigendes Gericht, das die Sonne auf deinen Teller bringt! Wir wünschen guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 4 Süßkartoffeln
- 2 Paprika
- 4 vegane Rindfleischpattys [3]
- 100ml Teriyakisauce [1,3]
- 2 Pck. hawaiianische Gewürzmischung [2]
- 4 Burgerbrötchen [1]
- 100g Babyspinat (ungewaschen)

Was du zu Hause benötigst

- 4EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- Backrost
- große Pfanne

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

Allergene
Enthält: **Gluten** (1), **Sesamsamen** (2), **Sojabohnen** (3).

Kann Spuren enthalten von: Eier, Erdnüsse, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 832kcal, Fett 45.5g, Kohlenhydrate 77.5g, Eiweiß 22.0g

1. Süßkartoffeln schneiden

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Süßkartoffeln** ggf. schälen und in ca. 1cm dicke, pommesartige Stifte schneiden. Auf zwei mit Backpapier ausgelegte Backbleche geben und mit je 1½EL Pflanzenöl und je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen.

2. Gemüse rösten

Die **Paprika** halbieren, entkernen und mit den Schnittflächen nach unten zeigend auf eines der Backbleche geben. Die **Paprikahälften** von außen mit insgesamt 1EL Pflanzenöl einreiben und **jede Paprikahälfte** mit je 1 Prise Salz und Pfeffer würzen. Das **Gemüse** ca. 18Min. im Ofen backen. Je nach Ofen die Position der Bleche nach der Hälfte der Zeit tauschen.

3. Pattys braten

Die **veganen Rindfleischpattys** in einer großen Pfanne mit 1½EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–5Min. braten, bis sie goldbraun und gar sind. Die Pfanne vom Herd nehmen, die **Teriyakisauce** und 2TL Essig einrühren und schwenken, bis die **Pattys** gleichmäßig von der **Sauce** überzogen sind.

4. Gemüse würzen

Die Backbleche aus dem Ofen nehmen und die **Süßkartoffeln** und die **Paprika** mit **¾ der Gewürzmischung** vermengen.

5. Brötchen aufbacken

Die **Brötchen** aufschneiden und auf einen Backrost geben. Die Backbleche und den Backrost in den Ofen schieben und alles ca. 2Min. backen, bis die **Brötchen** knusprig und die **Süßkartoffeln** weich sind.

6. Dip zubereiten

Die **restliche Gewürzmischung** mit 4EL veganer Mayonnaise und 2TL Wasser zu einem **Dip** verrühren. Die **Brötchenhälften** mit etwas **Dip** bestreichen und mit den **Pattys**, dem **Spinat** und den **Paprikahälften** belegen. Die **Burger** mit den **Süßkartoffeln** anrichten und mit dem **restlichen Dip** servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**