



Veganer Hamburger mit Ranchdressing

und knackigem Rotkohlsalat



ca. 20min



3-4 Personen

So ein herzhafter, veganer Burger kann schon was. Vor allem, wenn die Burgerpattys mit Senf aromatisch gewürzt und nebst fruchtig-frischer Tomatenscheibe mit einem selbst gemachten Ranchdressing im lecker-knusprigen Brötchen serviert werden. Nicht weniger spektakulär: der zitronig-frische und herrlich knackige Rotkohlsalat mit Sellerie, der zum Burger gereicht wird.

- 2 unbehandelte Zitronen
- 2 Päckchen körniger Senf ¹⁰
- 1 Päckchen Grillgewürzmischung
- 2 Rotkohl
- 3 Stangensellerie ⁹
- 4 vegane Burgerpattys ⁶
- 2 Tomaten
- 10g Petersilie & Schnittlauch
- 1 Knoblauchzehe
- 3 Päckchen vegane Mayonnaise ^{10,12}
- 4 vegane Burgerbrötchen ¹

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Pflanzenöl

- große Pfanne
- Toaster
- Knoblauchpresse
- Zitronenpresse
- Küchenpinsel

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

Gluten (1), Sojabohnen (6), Sellerie (9), Senf (10), Schwefeldioxid und Sulphite (12). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 617kcal, Fett 36.8g,
Kohlenhydrate 48.6g, Eiweiß 20.1g



Die **Zitronen** halbieren und auspressen. Ca. **3/4 des Zitronensafts** mit 2EL Olivenöl, der **1/2 des Senfs**, der **Gewürzmischung** und je 1/2TL Salz und Pfeffer verrühren.



Die **Pattys** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Pflanzenöl bei mittlerer bis niedriger Hitze auf jeder Seite ca. 8Min. braten. Inzwischen die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden.



Den **Rotkohl** vierteln und in möglichst dünne Streifen schneiden, dabei den Strunk entfernen. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden. Alles gut mit dem **Dressing** vermengen und den **Salat** zum Ziehen beiseitestellen.



Die **Petersilie** samt **Stängeln** fein hacken. Den **Schnittlauch** in kleine Röllchen schneiden. Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Die **Kräuter** und den **Knoblauch** mit der **Mayonnaise** und **1-2TL Zitronensaft** verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Falls nicht genug **Zitronensaft** übrig ist, einfach etwas Essig hinzufügen.



Die **Pattys** rundum mit dem **restlichen Senf** einpinseln oder einreiben.



Die **Brötchen** aufschneiden und in einem Toaster auf der niedrigsten Stufe erwärmen. Dann nach Belieben mit den **Tomaten**, den **Pattys** und etwas **Ranchdressing** belegen und die **Burger** mit dem **Rotkohlsalat** servieren.