MARLEY SPOON



# „Chicken“-Katsu-Burger vegan

mit Karottenpommes und eingelegter Gurke

ca. 35min  2 Portionen

Ein richtig guter Burger lebt von einem richtig guten Patty. Und das bekommst du heute in Form eines veganen „Hähnchen“-Schnitzels mit knuspriger Panade. Mit einer würzig-süßen Misosauce, roten Zwiebelstreifen und eingelegten Gurkenschleifchen bekommt das Patty eine standesgemäße Begleitung an seine Seite und wird als saftiger Burger serviert. In Ahornsirup geröstete Karottenpommes sind die köstliche Beilage! Oh là là!

## Was du von uns bekommst

- 2 Karotten
- 1 Pck. Ahornsirup
- 1 Gurke
- 1 Knoblauchzehe
- 25g Misopaste [2]
- 2 vegane Hähnchenschnitzel [1]
- 1 rote Zwiebel
- 2 Burgerbrötchen [1]

## Was du zu Hause benötigst

- 2EL vegane Mayonnaise
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Backrost
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler
- Sieb

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

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

**Nährwertangaben pro Portion**
Energie 720kcal, Fett 30.6g, Kohlenhydrate 85.1g, Eiweiß 21.1g



### 1. Karotten rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen, quer halbieren und in pommesartige, ca. 1cm dicke Stifte schneiden. Auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Pflanzenöl und **1EL Ahornsirup** sowie je 1 Prise Salz und Pfeffer vermengen, gleichmäßig verteilen und 16–18Min. im Ofen rösten.



### 2. Gurke vorbereiten

Die **Gurke** mit einem Sparschäler in breite Streifen schneiden. In einem Sieb mit 1TL Salz vermischen und ziehen lassen. In einer großen Schüssel 1EL hellen Essig und 1EL Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat.



### 3. Miso-Würzauce zubereiten

Den **Knoblauch** schälen, fein würfeln und mit der **Misopaste**, **1EL Ahornsirup** und 1TL hellem Essig verrühren.



### 4. Schnitzel braten

Die **Schnitzel** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3–4Min. goldbraun anbraten. Währenddessen die **Zwiebel** halbieren. **Eine Hälfte** schälen und in feine Streifen schneiden, die **übrige Zwiebel** für ein anderes Rezept aufbewahren.



### 5. Gurken anmachen

Die fertig gebackenen **Karottenpommes** aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf 200°C (180°C Umluft) reduzieren. Die **Gurken** im Sieb gut ausdrücken und anschließend mit einem sauberen Küchentuch oder Küchenkrepp trocken tupfen. Dann mit dem gezuckerten Essig vermengen.



### 6. Burger belegen

Die **Brötchen** auf einem Backrost 1–2Min. im Ofen aufknuspern. Anschließend aufschneiden, mit 2EL veganer Mayonnaise bestreichen und mit den **Schnitzeln** belegen. Die **Miso-Würzsauce** auf den **Schnitzeln** verstreichen und mit den **Zwiebeln** und den **Gurken** belegen. Die **Burger** mit den **Karottenpommes** 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**