



Veggie-Burger mit Spiegelei

asiatisch gewürzt, dazu Salat mit Erdnüssen



ca. 25min



3-4 Personen

Es ist mal wieder Zeit für einen richtig guten Burger! Dieses farbenfrohe Exemplar ist zwar von der fleischlosen Sorte, lockt dafür aber mit einem knusprig gebratenen Spiegelei und Hoisinsauce. Darüber hinaus finden sich zwischen den fluffigen Brötchenhälften würzig eingelegte Zwiebeln, erfrischende Gurke und ein saftiger veganer Burgerpatty. Ein knackiger Salat dazu, mit Erdnüssen und aromatischem Dressing – yum!

Was du von uns bekommst

- 1 rote Zwiebel
- 1 Eisbergsalat
- 2 Päckchen Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵
- 1 rote Peperoni
- 50ml Sojasauce ^{1,6}
- 4 vegane Burgerpattys ⁶
- 4 Bio-Eier ³
- 4 Burgerbrötchen mit Sesam ^{1,7,11,13}
- 100ml Hoisinsauce ^{1,6,11}
- 1 Gurke

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Mayonnaise ³
- Salz
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Erdnüsse (5), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11), Lupinen (13). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 753kcal, Fett 42.4g, Kohlenhydrate 58.7g, Eiweiß 31.4g



1. Salat schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Salat** ebenfalls in feine Streifen schneiden. Die **Zwiebeln** mit 1EL Essig, 1/2TL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz vermengen und beiseitestellen.



4. Eier braten

Die **Eier** in einer zweiten großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 4-5Min. braten, bis das **Eiweiß** fest, das **Eigelb** aber noch leicht flüssig ist. Wer das **Eigelb** lieber fest mag, wendet die **Eier** nach der Hälfte der Zeit. Die Pfanne vom Herd nehmen, sobald die **Eier** fertig sind.



2. Dressing vorbereiten

Die **Erdnüsse** grob hacken. Die **Peperoni** in feine Ringe schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **Sojasauce** mit 2EL Mayonnaise, 2EL Essig, 2EL Wasser und 1TL Zucker verrühren.



5. Brötchen rösten

Die **Brötchen** horizontal halbieren und in der ausgewischten Pfanne mit der Schnittseite nach unten bei mittlerer bis hoher Hitze 2-3Min. rösten, bis die **Brötchen** leicht gebräunt und knusprig sind. Die **Brötchen** aus der Pfanne nehmen und die Schnittseiten mit **Hoisinsauce** bestreichen.



3. Pattys braten

Die **Burgerpattys** in einer großen Pfanne mit 2EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 2-3Min. goldbraun braten. Die **Pattys** auf einem Teller beiseitestellen. Die Pfanne auswaschen und aufbewahren.



6. Gurke schneiden

Die **Gurke** in dünne Scheiben schneiden. Jedes **Brötchen** mit **Gurken**, den **Zwiebeln**, einem **Burgerpatty** und einem **Spiegelei** belegen. Den **Salat** mit den **restlichen Gurkenscheiben** und dem **Dressing** vermengen, mit den **Erdnüssen** und der **Peperoni** garnieren und zu den **Burgern** servieren.