



Thai-Burger mit Sweet-Chili-Dip

und knackigem Karotten-Gurken-Salat



ca. 25min



3-4 Personen

Es ist ganz einfach, glücklich zu sein. Wir geben dir heute eine Anleitung an die Hand: Du bereitest aus frischem Gemüse, Lauchzwiebeln, Koriander, Thai-Basilikum, fruchtig-herber Limette und nussigem Sesamöl einen himmlischen Salat zu. Den platzierst du zwischen knusprige Brötchenhälften, wo schon ein cremiger Sweet-Chili-Dip und ein saftiges Rindfleischpatty - das fertig gewürzt und geformt bei dir ankommt! - warten. Mmmmh!

Was du von uns bekommst

- 2 unbehandelte Limetten
- 2 Karotten
- 1 Zitronengrasstange
- 40g Thai-Basilikum & Koriander
- 1 Gurke
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Päckchen geröstetes Sesamöl

- 1 Knoblauchzehe
- 3 Päckchen Sweet-Chili-Sauce
- 4 Brioche-Burgerbrötchen ^{1,3,7}
- 4 gewürzte Rindfleischpattys ¹

Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise ³
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

Küchenutensilien

- große Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

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

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 663kcal, Fett 37.0g, Kohlenhydrate 55.5g, Eiweiß 29.1g



Die **Limettenschale** jeweils abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen. Die **Karotten** ggf. schälen und grob reiben. Das **Zitronengras** mit einer breiten Messerklinge flach drücken, längs vierteln und fein würfeln.



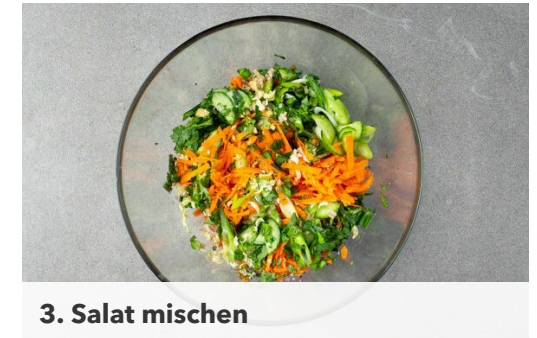
Den **Knoblauch** schälen und sehr fein würfeln oder durch eine Knoblauchpresse drücken. Die **Sweet-Chili-Sauce** mit 4EL Mayonnaise und dem **Knoblauch** verrühren.



Das **Thai-Basilikum** und den **Koriander** jeweils **samt Stängeln** grob schneiden. Die **Gurke** längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



Die **Burgerbrötchen** halbieren und mit den Schnittseiten nach unten in einer leicht geölten großen Pfanne in 3-4Min. goldgelb rösten. **Tipp:** Alternativ können die **Brötchen** auch in einem Toaster erwärmt werden. Die **Burgerbrötchen** aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.



Die **Karotten** mit den **Gurken**, **4EL Limettensaft**, **2TL Limettenschale** dem **Zitronengras**, dem **Thai-Basilikum**, dem **Koriander**, den **Lauchzwiebeln** und dem **Sesamöl** vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Je nach Geschmack mehr **Limettensaft** hinzufügen.



Die **Pattys** in der Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. braten, bis sie gar sind. Die **Brötchen** mit dem **Sweet-Chili-Dip** bestreichen, nach Geschmack mit den **Pattys** und etwas **Karotten-Gurken-Salat** belegen und den **übrigen Salat** dazu servieren.