



## Burger mit Rinderhack und Spiegelei

dazu Knoblauchcreme und Coleslaw mit Apfel



30-40min



3-4 Personen

Oh Mann, sieht der gut aus, der Burger! Was du heute auf den Teller zauberst, ist ein wahres Gedicht: ein saftiges Rindfleischpatty auf knoblauchiger Sauce, gekrönt von einem herzhaften Spiegelei und begleitet von einem zitronigen Krautsalat. Wer sollte dazu schon Nein sagen?

## Was du von uns bekommst

- 2 Äpfel
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Tomaten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung geschnittener Weißkohl
- 2 Packungen Rinderhackfleisch
- 4 vegane Burgerbrötchen<sup>1</sup>
- 4 Bio-Eier<sup>3</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- 4EL Mayonnaise<sup>3</sup>
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

## Küchenutensilien

- Backofen
- große Pfanne
- Knoblauchpresse
- Küchenreibe
- Zitronenpresse

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

## Allergene

Gluten (1), Eier (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 750kcal, Fett 45.9g, Kohlenhydrate 48.1g, Eiweiß 36.9g



1. Zutaten vorbereiten

Den Backofen auf 200°C (180°C Umluft) vorheizen. Die **Äpfel** vierteln, entkernen und in dünne Scheiben schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden. Die **Tomaten** in dünne Scheiben schneiden. Den **Knoblauch** schälen und durch eine Knoblauchpresse drücken oder sehr fein würfeln. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen.



4. Pattys formen

Das **Hackfleisch** gut mit je 1/2TL Salz und Pfeffer verkneten, zu **4 gleich großen Kugeln** formen und diese zu **Pattys** flach drücken, die etwas größer als die **Burgerbrötchen** sein sollten. Die **Burgerbrötchen** halbieren und mit der Schnittseite nach oben im Ofen 3-4Min. knusprig aufbacken. Vor dem Belegen etwas abkühlen lassen.



2. Knoblauchcreme anrühren

Den **Knoblauch** mit **1TL Zitronensaft**, **4EL Mayonnaise** und **1TL Wasser** verrühren und die **Knoblauchcreme** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Salat zubereiten

2EL Pflanzenöl, **2EL Zitronensaft**, **1TL Zitronenschale**, 1TL Zucker und 1 Prise Salz zu einem **Dressing** verrühren und mit dem geschnittenen **Weißkohl**, den **Äpfeln** und den **Lauchzwiebeln** vermengen. Den **Salat** ggf. mit mehr **Zitronensaft** und Salz abschmecken.



5. Pattys braten

Die **Pattys** in einer großen Pfanne mit **2EL Pflanzenöl** bei starker Hitze auf jeder Seite **4-5Min.** braten, bis das **Fleisch** schön gebräunt und durchgegart ist. Auf einem Teller abgedeckt warm halten.



6. Spiegeleier braten

Die **Eier** aufbrechen und in derselben Pfanne im Bratfett bei mittlerer Hitze in **3-4Min.** zu **Spiegeleichern** braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Burgerbrötchen** nach Belieben mit der **Knoblauchcreme** bestreichen, mit den **Pattys**, den **Tomaten** und den **Spiegeleichern** belegen und mit dem **Salat** servieren.