



Tandoori-Burger mit Korianderjoghurt

dazu gebackene Curry-Karotten



20-30min



2 Personen

Burger sind das kulinarische Pendant zum Schweizer Taschenmesser. Sie vereinen alles, was man gerne schnell zur Hand bzw. im Mund haben möchte: unterschiedliche Texturen und Aromen – und natürlich das ganz besondere Gefühl beim Reinbeißen. Wir bieten dir heute eine indisch inspirierte Kreation, fein mit einem Hauch Tandoori-Gewürz, dazu Karottenpommes, frischen Joghurt-Dip und einen pikanten Karottensalat mit Tamarinde. Mmmh!

- 1 Packung Karotten
- 1 Päckchen Madras-Currypulver

- 1 rote Thai-Chilischote
- 1 Päckchen Tamarindenpaste
- 1 Packung Schweinehackfleisch
- 1 Päckchen Tandoori-Masala-Gewürzmischung
- 2 Burgerbrötchen mit Sesam
1,7,11,13
- 10g Koriander
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Lauchzwiebel

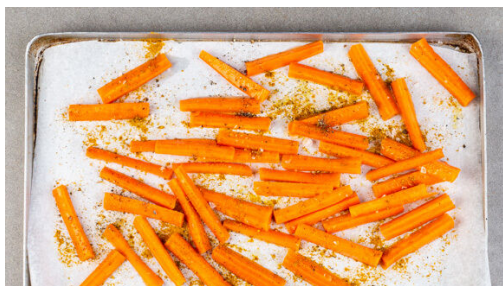
- 1EL Mayonnaise ³
- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl

- Backofen und Backrost
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Küchenreibe

Allergene

Gluten (1), Eier (3), Milch (7), Senf (10),
Sesamsamen (11), Lupinen (13). Kann
Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

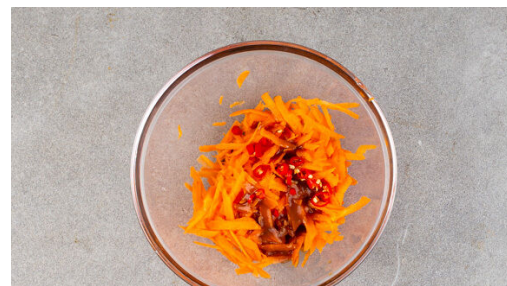
Energie 834kcal, Fett 45.5g,
Kohlenhydrate 63.3g, Eiweiß 36.6g



Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen, **3 Karotten** längs vierteln und in pommeeartige Stifte schneiden. Die **Karottenstifte** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1 EL Pflanzenöl, der **1/2 des Currypulvers** und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer vermengen und im Ofen 20-22Min. rösten.



Die **Pattys** in einer großen Pfanne mit 1-2EL Pflanzenöl bei sehr starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. goldbraun braten.



Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden.
Tipp: Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **Tamarindenpaste** mit 1TL Wasser, 1TL Zucker, 1 Prise Salz und den **Chiliringen nach Geschmack** zu einem **Dressing** verrühren. Die **restlichen Karotten** grob raspeln, mit dem **Dressing** vermengen und ziehen lassen.



Die **Korianderblättchen** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Korianderstängel** fein hacken und mit dem **Joghurt**, 1 EL Mayonnaise und 1 Prise Salz verrühren. Die **Lauchzwiebel** in feine Ringe schneiden.



Das **Hackfleisch** gründlich mit der **Gewürzmischung** und 1 Prise Salz verkneten und zu **2 Pattys** formen, die etwa den Durchmesser der **Burgerbrötchen** haben. Die **Brötchen** halbieren und auf einem Backrost im Ofen 3-4Min. aufbacken.



Die Schnittflächen der **Burgerbrötchen** mit dem **Korianderjoghurt** bestreichen und nach Belieben mit dem **Fleisch**, dem **Karottensalat**, den **Korianderblättchen** und den **Lauchzwiebeln** belegen. Die **Tandoori-Burger** mit den **Curry-Karotten** anrichten und ggf. **übrigen Karottensalat** und **Joghurt-Dip** dazu servieren.