



## Tandoori-Burger mit Korianderjoghurt

dazu gebackene Curry-Karotten



20-30min



3-4 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!

## Was du von uns bekommst

- 2 Packungen Karotten
- 1 Päckchen Madras-Currypulver 10
- 1 rote Thai-Chilischote
- 2 Päckchen Tamarindenpaste
- 2 Packungen Schweinehackfleisch
- 2 Päckchen Tandoori-Masala-Gewürzmischung
- 4 Burgerbrötchen mit Sesam 1,7,11,13
- 10g Koriander
- 1 Becher Joghurt<sup>7</sup>
- 2 Lauchzwiebeln

## Was du zu Hause benötigst

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

## Küchenutensilien

- Backofen und Backrost
- Backblech und Backpapier
- 2 große Pfannen
- Küchenreibe

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

## Allergene

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

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 848kcal, Fett 48.4g, Kohlenhydrate 61.6g, Eiweiß 35.3g



**1. Curry-Karotten zubereiten**

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Karotten** ggf. schälen, **6 Karotten** längs vierteln und in pommesartige Stifte schneiden. Die **Karottenstifte** auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 2EL Pflanzenöl, dem **Currypulver**, 1/2TL Salz und 1 kräftigen Prise Pfeffer vermengen und im Ofen 20-22Min. rösten.



**4. Pattys braten**

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



**2. Karottensalat mischen**

Die **Chilischote** in feine Ringe schneiden. **Tipp:** Für weniger Schärfe die Kerne entfernen. Die **Tamarindenpaste** mit 1EL Wasser, 1-2TL Zucker, 1 kräftigen Prise Salz und den **Chiliringen nach Geschmack** zu einem **Dressing** verrühren. Die **restlichen Karotten** grob raspeln, mit dem **Dressing** vermengen und ziehen lassen.



**5. Korianderjoghurt anrühren**

Die **Korianderblättchen** von den Stängeln zupfen und grob schneiden. Die **Korianderstängel** fein hacken und mit dem **Joghurt**, 3EL Mayonnaise und 1 kräftigen Prise Salz verrühren. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



**3. Pattys formen**

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



**6. Belegen und servieren**

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.