



Veggie-Burger mit Ahornsirupglasur

dazu Röstkartoffeln und Apfel-Gurken-Salat



ca. 35min



2 Personen

Heute gibt's Burgergenuss auf hohem Niveau: Die saftigen Pattys werden in einer würzig-süßen Ahornsirupglasur gebraten, ehe sie mit eingelegten Gurkenstreifen, pikantem Sriracha-Dip und knackigem Salat mit frisch-fruchtigem Apfel und würzigem Sellerie das Burgerbrötchen zieren. Der Salat fungiert übrigens - schick mit Erdnüssen bestreut - neben knusprigen Ofenkartoffeln auch noch zusätzlich als Beilage. Lass es dir schmecken!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 1 Apfel
- 1 Gurke
- 2 Stangensellerie 9
- 1 Päckchen Ahornsirup
- 20ml Sojasauce ^{1,6}
- 1 Päckchen Sriracha-Sauce
- 2 Burgerbrötchen mit Sesam ^{1,7,11,13}
- 2 vegane Burgerpattys ⁶
- 25g Erdnüsse, geröstet & gesalzen ⁵

Was du zu Hause benötigst

- 2EL Mayonnaise ³
- ½TL Senf ¹⁰
- ½TL Honig
- Salz
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen und Backrost
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Sparschäler

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), Sellerie (9), Senf (10), Sesamsamen (11), Lupinen (13). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 1050kcal, Fett 54.1g, Kohlenhydrate 111.4g, Eiweiß 28.1g



1. Kartoffeln rösten

Den Backofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln samt Schale** in ca. 1cm breite Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech mit 1EL Olivenöl sowie 1/2TL Salz vermengen. Die **Kartoffeln** im Ofen auf mittlerer Schiene 20-25Min. goldbraun rösten, zwischendurch einmal wenden.



4. Glasur und Dip zubereiten

Den **Ahornsirup**, die **Sojasauce** und 1-2EL hellen Essig verrühren. Getrennt davon die **Sriracha-Sauce** mit 2EL Mayonnaise verrühren. **Tipp:** Wenn Kinder mitessen, ggf. weniger **Sriracha-Sauce** verwenden oder diese separat servieren. Die **Burgerbrötchen** auf einem Backrost 2-3Min. im Ofen aufbacken.



2. Salat zubereiten

2EL Olivenöl, 1EL hellen Essig, 1/2TL Senf, 1/2TL Honig und 1 kräftige Prise Salz zu einem **Dressing** verrühren. Den **Apfel** vierteln, entkernen und in ca. 1cm große Würfel schneiden. Die **1/2 der Gurke** ebenfalls in ca. 1cm große Würfel schneiden. Den **Sellerie** in dünne Scheiben schneiden. Die **Apfel-** und **Gurkenwürfel** und den **Sellerie** mit dem **Dressing** vermengen.



5. Pattys braten

Die **Pattys** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 1-2Min. goldbraun braten. Die **Ahornsirup-Soja-Glasur** dazugeben, 1-2Min. köcheln lassen und die **Pattys** in der **Glasur** wenden, sodass sie vollständig damit bedeckt sind.



3. Gurkenscheiben einlegen

Die **restliche Gurke** mit einem Sparschäler in breite Streifen schneiden. 2EL hellen Essig, 1EL Zucker und 1/2TL Salz verrühren, bis sich Zucker und Salz aufgelöst haben, mit den **Gurkenstreifen** vermengen und beiseitestellen.



6. Burger fertigstellen

Die **Brötchen** aufschneiden, mit dem **Dip** bestreichen und nach Geschmack mit den **Pattys**, den **Gurkenstreifen** und je ca. **1EL Apfel-Gurken-Salat** belegen. Den **restlichen Salat** mit den **Erdnüssen** bestreuen und zu den **Burgern**, den **Röstkartoffeln** und ggf. **übrigen Gurkenstreifen** servieren. Ggf. **übrigen Dip** oder mehr Mayonnaise nach Geschmack dazu reichen.