

Rezept der Woche

Spargel-Burger premium für zwei



Zutaten für 2 Personen

Für die Burger

- 2 Burger-Brötchen
- 4 Scheiben Gouda
- 1 kleine Zucchini
- 1 große Möhre
- 1 Zwiebel fein gerieben
- 2 EL Haferflocken
- 1 EL gepuffter Amaranth
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Senf
- Kräutersalz
- Pfeffer, Paprikapulver
- Etwas Öl zum Braten der Patties

Für den Belag

- 2 mittelgroße Tomaten
- 1 Spitzpaprika
- Zwiebelringe
- Gewürzgurkenscheiben
- Einige Blätter Salat (z. B. Römersalat oder Eichblattsalat) oder fertig geschnittener Salat
- 6 Spargelstangen
- Salz
- Etwas Öl zum Anrösten der Zutaten

Für die scharfe Burger-Sauce

- 3 Knoblauchzehen
- Etwas Olivenöl zum Anrösten
- 1 EL Tomatenmark
- 1 kleine Spitzpaprika, sehr fein gehackt
- 3 bis 4 kleine Tomaten, sehr fein gehackt
- Gewürze nach Wahl (z. B. Kräutersalz, Pfeffer, Paprikapulver, Chiliflocken)

Spargel-Burger *premium* für zwei

Ein frischer, würziger Burger mit zartem Spargel, hausgemachtem veganem Patty und einer aromatischen scharfen Sauce – perfekt für den Frühling!

1. Die Spargelstangen waschen, ggf. schälen. Am besten gleich den geschälten Garlipp-Spargel verwenden. In leicht gesalzenem Wasser 8–12 Minuten (je nach Dicke) kochen. Abgießen und beiseitelegen.

2. Scharfe Burger-Sauce zubereiten Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch darin bei mittlerer Hitze kurz anrösten (nicht zu stark). Tomatenmark hinzufügen und kurz mitrösten. Fein gehackte Spitzpaprika und Tomaten zugeben, alles gut verrühren und bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis die Tomaten zerfallen und eine sämige Masse entsteht. Mit Gewürzen nach Geschmack abschmecken.

3. Belag vorbereiten Tomaten in Scheiben schneiden. Spitzpaprika in Ringe oder Streifen schneiden. Zwiebel in feine Ringe schneiden. Gewürzgurken in Scheiben schneiden. Salatblätter waschen und trocknen.

4. Vegane Burger-Patties zubereiten Zucchini und Möhre fein reiben. Zwiebel ebenfalls reiben. Das geriebene Gemüse in eine Schüssel geben und überschüssiges Wasser ausdrücken.

Haferflocken und gepufften Amaranth hinzufügen. Tomatenmark und Senf unterrühren. Mit Kräutersalz, Pfeffer und Paprikapulver würzen. Alles gut verkneten, bis eine homogene Masse entsteht. Zwei gleichgroße Patties formen.

5. Patties braten Etwas Öl in einer Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Die Patties darin von beiden Seiten je 4–5 Minuten goldbraun und durchgegart braten.

6. Brötchen toasten Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Burger-Brötchen halbieren und die Hälften mit Käsescheiben belegen. Im Ofen 3–5 Minuten backen, bis der Käse geschmolzen und leicht gebräunt ist.

7. Burger zusammenbauen

- Die Unterseite der Brötchen mit der Sauce bestreichen.
- Mit Gewürzgurkenscheiben, Zwiebelringen, Tomatenscheiben, Paprikaringen, Salatblättern belegen.
- Den gebratenen veganen Patty darauflegen.
- Nochmals etwas Sauce auf den Patty geben.
- Jeweils drei gekochte Spargelstangen darauflegen.
- Die überbackene obere Brötchenhälfte aufsetzen.

Viel Spaß beim Nachkochen und genießen Sie Ihren Garlipp-Spargel-Burger premium!

Guten Appetit!

Garlipp-Spargel

aus Schelldorf bei Stendal

www.garlipp-spargel.de • Tel. 03 93 62 - 8 11 27

Wir schälen Ihren Spargel kostenlos!

Sie erhalten von 1 kg Spargel mindestens 700 g geschälte Stangen und 300 g Schalen (auf Wunsch).