

Rainer Klutsch Burger mit Coleslaw

Dienstag, 27. Februar 2024
Rezept für 4 Person

Dauer: 1 Stunde

Schwierigkeitsgrad: mittel

Zutaten:

Für das Ketchup

1	rote Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2 EL	Olivenöl
2 EL	Tomatenmark
400 g	Pelati-Tomaten (aus dem Glas oder der Dose)
2 EL	Balsamico
2 EL	Honig
1/2 TL	Chilipulver
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle



Für den Coleslaw

600 g	Weißkohl
2	Möhren
etwas	Salz
1 EL	heller Balsamico
½	Zitrone
1 EL	Honig
100 g	Doppelrahmfrischkäse
1 EL	scharfer Senf
½ Bund	glatte Petersilie
½ Bund	Schnittlauch
etwas	Pfeffer

Für die Mayonnaise:

2	Eigelbe (extrafrisch)
1 TL	scharfer Senf
1 Prise	Salz
160 ml	Rapsöl
30 g	geröstetes Sesamöl

Für die Burger:

500 g	Rinderhackfleisch
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Olivenöl

Zusätzlich:

4	Burger-Brötchen
1	Römersalatherz
1	Tomate
1	rote Zwiebel

Zubereitung:

1. Für das Ketchup Zwiebel und Knoblauch schälen und fein schneiden.
2. In einem Topf Olivenöl erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin anschwitzen. Tomatenmark zugeben und kurz mit anschwitzen.
3. Dann die Tomaten zugeben, kurz pürieren und aufkochen. Balsamico und Honig untermischen, mit Chilipulver, Salz und Pfeffer würzen. Das Ketchup ca. 20 Minuten offen leicht köcheln lassen, dabei immer wieder umrühren.
4. Für den Kohlsalat (Coleslaw) den Kohl putzen, abspülen und abtropfen lassen. Den Kohlkopf halbieren, Strunk und dicke Blattrippen ausschneiden. Den Kohl in sehr feine Streifen hobeln oder schneiden.
5. Möhren putzen, schälen und auf einer Küchenreibe raspeln.
6. Kohlstreifen und Möhrenraspel mit einer guten Prise Salz und Balsamico in einer Schüssel mischen und leicht durchkneten.
7. Von der Zitrone den Saft auspressen, mit Honig, Frischkäse und Senf vermischen und unter das Gemüse mischen.
8. Petersilie und Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
9. Kräuter unter den Kohlsalat mischen, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Für die Mayonnaise sollten alle Zutaten Zimmertemperatur haben.
11. Eigelbe mit Senf, 1 Prise Salz, Raps- und Sesamöl in einen schmalen, hohen Mixbecher geben. Den Pürierstab ins Gefäß stellen und eingeschaltet langsam hochziehen, so dass sich alles zu einer cremigen Mayonnaise vermischt.
12. Das Hackfleisch mit Salz und Pfeffer bestreuen und nur leicht vermengen, nicht verkneten. Aus jeweils 125 g Hackfleisch Burger-Patties formen. Dafür die Hackmasse am einfachsten jeweils in einen Anrichtering (oder Burgerpresse) von ca. 8 cm geben, ganz leicht andrücken und dann den Ring hochziehen.
13. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Hackfleisch-Patties darin von beiden Seiten etwa 4 Minuten braun braten. Wenn man das Hackfleisch nicht medium, sondern durchgebraten mag, dann auf jeder Seite nochmals etwa 1 Minute länger braten.
14. Die Burgerbrötchen halbieren, nach Belieben die Brötchenhälften in einer Pfanne anrösten.
15. Römersalatherz putzen, waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Die rote Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden
16. Die Unterseiten der Brötchenhälften mit der Mayonnaise bestreichen, darauf die gebratenen Patties geben, diese mit Ketchup bestreichen. Nach Belieben Salatblattstreifen und/oder Tomatenscheiben und Zwiebelringe darauf geben. Die Brötchendeckel auflegen. Burger und Kohlsalat servieren.

Pro Portion: 1190 kcal/ 4970 kJ

49 g Kohlenhydrate, 39 g Eiweiß, 93 g Fett