



KÜRBIS-KÄSE-BURGER MIT KRÄUTERN

45 MIN.
AKTIV

1 STD. 5 MIN.
GESAMT

510 KCAL
PRO PERSON

① vegetarisch, Gesund und ausgewogen | Fett: 23 g, Kohlenhydrate: 49 g, Eiweiss: 27 g pro Person

DAS BRAUCHTS FÜR 4 PERSONEN

Caramelisierte Zwiebel-Creme

1 EL	Olivenöl
3	Zwiebeln, in Ringen
½ EL	Zucker
¼ TL	Salz

Kürbis-Taler

400 g	Kürbis (z.B. Butternuss), in ca. 7 mm dicken Scheiben
¼ TL	Salz
wenig	Pfeffer
2 ½ EL	Weissmehl
1	Ei, verknüpft
80 g	geriebener Parmesan

Burger

4	Brötli, quer halbiert
125 g	Camembert, in Scheiben
½ EL	Zitronensaft
½ EL	Olivenöl
½ Bund	glattblättrige Petersilie, Blätter abgezupft
¼ Bund	Pfefferminze, Blätter abgezupft
¼ Bund	Kerbel, zerzupft
	Salz, Pfeffer, nach Bedarf

UND SO WIRDS GEMACHT

Caramelisierte Zwiebel-Creme

Öl in einer beschichteten Bratpfanne erwärmen. Zwiebeln zugedeckt unter gelegentlichem Rühren ca. 20 Min. dämpfen. Zucker begeben, offen ca. 5 Min. fertig dämpfen, bis sie caramelisieren. Zwiebeln salzen, auskühlen, pürieren.

Kürbis-Taler

Kürbis würzen. Mehl in einen flachen, Ei und Käse je in einen tiefen Teller geben. Kürbis im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abklopfen. Im Ei, dann im Käse wenden, Panade gut andrücken, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

Backen

Ca. 20 Min. in der Mitte des auf 200 °C vorgeheizten Ofens. Herausnehmen.

Burger

Brötli-Schnittflächen in einer Bratpfanne goldbraun rösten, mit der Zwiebelcreme bestreichen. Käse und Kürbis auf die Brötli-Böden legen. Zitronensaft und Öl verrühren, Kräuter daruntermischen, würzen. Kräutersalat auf dem Kürbis verteilen, Brötli-Deckel darauflegen.

GUT ZU WISSEN



Das Rezept findest du hier wieder:

fooby.ch/de/rezepte/22108/