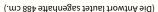


Mediterraner Rindfleischburger

mit Kartoffelspalten und selbst gemachten Antipasti



Magst Du Burger auch so gerne wie wir? Sie sind einfach in der Zubereitung, super abwechslungsreich, im Handumdrehen auf dem Tisch und außerdem lassen sie sich ohne Besteck essen! Außerdem kann jeder weglassen, was er nicht im Burger essen mag. Es gibt sogar Wettbewerbe, in denen es darum geht, den höchsten Burger aller Zeiten zu bauen. Derzeit halten die Finnen den Rekord – was glaubst Du, wie hoch ihr Burger ist?



FAMILY HIGHLIGHT



Brioche-Burgerbrötchen







Knoblauchzehe



Balsamico-Essig



Tomatenketchup





Gewürzmischung Kartoffeln (Drillinge) "HelloMediterraneo"



Salatherz (Romana)



Mayonnaise





Stufe 2





Neuentdeckung Tag 1-2 kochen



Stellt alle Zutaten auf den Tisch, so kann sich jeder seinen **Burger** so zusammensetzen, wie es ihm am Besten schmeckt.



GEHT'S

Wascht Gemüse und Kräuter ab. Zum Kochen benötigt Ihr 2 große Schüsseln, 1 große Pfanne, Küchenpapier, Backpapier und ein Backblech.



THE REPORT OF TH

Ungeschälte **Kartoffeln** in ca. 2 cm breite Spalten schneiden und auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen.

Mit Olivenöl*, etwas Salz*, Pfeffer* und der Hälfte der Gewürzmischung vermischen.

Kartoffelspalten auf der mittleren Schiene im Backofen 20 – 25 Min. backen.



2 PATTYS FORMEN
In der Zwischenzeit in einer großen
Schüssel Rinderhackfleisch mit etwas
Salz*, Pfeffer* und der restlichen
Gewürzmischung vermischen.
Aus dieser Masse 2 [3|4] Pattys formen und kurz kalt stellen.



FÜR DIE ANTIPASTI
Knoblauchzehe abziehen und fein
hacken. Enden der Zucchini abschneiden
und Zucchini in dünne Scheiben schneiden.
Spitzpaprika quer in ca. 2 mm dicke
Scheiben schneiden.

In einer großen Pfanne Öl* auf hoher Stufe erhitzen, Knoblauch, Zucchinischeiben und Paprikaringe darin unter Wenden 1 – 2 Min. anbraten. Mit Balsamico-Essig ablöschen, mit Salz* und Pfeffer* würzen und in eine große Schüssel geben.



PATTYS BRATEN
Die große Pfanne mit Küchenpapier
auswischen, erneut Öl* bei mittlerer Hitze
darin erwärmen und Pattys darin je Seite
3 – 4 Min. anbraten.

★ TIPP: Wenn Du Deine Pattys lieber gut durchgebraten genießen möchtest, gib sie in den letzten 5 Min. der Kartoffel-Garzeit mit in den Backofen.

Salatblätter klein schneiden und unter die **Antipasti** heben.



Burger Belegen
Burgerbrötchen aufschneiden und in
der großen Pfanne ohne weitere Fettzugabe
Brötchenhälften auf der Schnittfläche
ca. 1 Min. toasten. Brötchenunterseite
mit Salatblättern, Antipasti und Patty
belegen und mit Parmesanflakes bestreuen.
Brötchenoberseite mit Tomatenketchup
bestreichen und aufsetzen.

Burger anrichten, zusammen mit restlichen **Antipasti** und **Kartoffelspalten** genießen. **Mayonnaise** als **Dip** dazureichen.

ZUTATEN

	2P	3P	4P
Kartoffeln (Drillinge)	400 g	600 g	800 g
Gewürzmischung "HelloMediterraneo"	2 g	4 g	4 g
Rinderhackfleisch	300 g	450 g	600 g
Knoblauchzehe ES	1	2	2
Zucchini BE PL	1	1 (groß)	2
rote Spitzpaprika NL PL	1	1	2
Balsamico-Essig 1) 11)	12 ml	24 ml	24 ml
Salatherz (Romana)	1	2	2
Brioche-Burgerbrötchen 1) 5) 8) 10) 11)	2	3	4
Parmesanflakes 5)	10 g	20 g	20 g
Tomatenketchup	20 ml	40 ml	40 ml
Mayonnaise 2) 4)	20 ml	40 ml	40 ml
Olivenöl*	½ EL	3/4 EL	1 EL
Öl*	je ½ EL	je ¾ EL	je 1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

- * Gut, im Haus zu haben.
- Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	535 kJ/128 kcal	3724 kJ/890 kcal
Fett	6 g	41 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	15 g
Kohlenhydrate	12 g	80 g
- davon Zucker	2 g	14 g
Eiweiß	7 g	46 g
Ballaststoffe	1 g	8 g
Salz	0 g	2 g

ALLERGENE

1) Weizen 2) Ei 4) Senf 5) Milch 8) Sesam 10) Sojabohnen

11) Schwefeldioxid und Sulfite

URSPRUNGSLÄNDER

BE: Belgien, DE: Deutschland, ES: Spanien,

NL: Niederlande, PL: Polen

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).







Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | **AT** +43 (0) 720 816 005 |

kundenservice@hellofresh.de kundenservice@hellofresh.at

2018 | KW 39 | 5

