

Vegetarische Bürger mit selbstgemachter Sauce

Samuel Ritzkowski & Nils Sommer

Ergibt 4 Bürger

Zutaten - Sauce:

1 rote Zwiebel (ca. 75g)
ein Zweig Rosmarin
ein paar Blätter Basilikum
1 EL Rohrzucker
1 1/2 EL heller Balsamico Essig
6 EL Tomatenmark
1 Tomate (ca. 100g)
Pfeffer, Salz
100g Mayonnaise (50%ige)
2 EL Zitronensaft
2 EL Kürbiskernöl
2 EL gehackte Kürbiskerne

Zutaten - Patties:

1 Dose Kichererbsen (400g)
Petersilie & Oregano (frisch)
1/2 TL Gemüsebrühe
2 EL Kürbiskerne
4 EL Mehl (1050er)
2 EL Paniermehl
Pfeffer, 2 TL Paprikapulver

Zutaten - Bürger:

4 Bürgerbrötchen
2-3 große Tomaten
Essiggurken
4 Käsescheiben (z.B. Cheddar)
4 Blätter Salat

Optional:

Chilipulver (damit einen Teil des Paprikapulvers ersetzen)
Jalapeños

Standard:

Olivenöl

Benötigte Kochutensilien:

Eine große Pfanne (28cm Ø), eine kleine Pfanne, einen Pfannenwender, ein scharfes Messer, ein Brettchen, eine mittelgroße Schüssel, zwei kleine Schüsseln

Vorgehen - Sauce:

Selbstgemachter Ketchup

1. Die Zwiebel sehr fein schneiden. Den Rosmarin und das Basilikum fein hacken. Alles zusammen in der kleinen Pfanne in etwas Öl sanft anbraten. Den Zucker dazu geben und leicht karamellisieren lassen.
2. Mit dem Balsamico Essig ablöschen. Die Tomate sehr klein hacken und in die Pfanne geben. Anschließend das Tomatenmark und einen kleinen Schuss Wasser dazu geben. Unter regelmäßigem Rühren ca. 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Bedarf mit etwas Wasser die Konsistenz anpassen.

Kürbiskern-Zitronen-Mayo

1. Die Mayonnaise, das Kürbiskernöl und den Zitronensaft gründlich vermischen. Die Kürbiskerne fein hacken und anschließend untermischen. Bis zum Verbrauch kühl lagern.

Vorgehen - Patties:

1. Die Kichererbsen abgießen – dabei die Flüssigkeit in einem Glas auffangen. Die Kichererbsen in eine mittelgroße Schüssel geben und anschließend mit einer stabilen Gabel grob zerdrücken.
2. Die Petersilie und das Oregano klein hacken und mit der Gemüsebrühe und den Gewürzen zu den Kichererbsen geben. Alles gut vermengen.
3. Die Kürbiskerne, das Mehl und das Paniermehl zu der Masse dazu geben und diese ebenfalls untermischen. Anschließend noch ca. 2 EL der Kichererbsen-Flüssigkeit zur Masse dazu geben und die Masse verkneten. Die Masse sollte leicht feucht sein.
4. Anschließend die Masse vierteln und daraus 4 Kugeln formen. Parallel etwas Öl in der Pfanne erhitzen. Mit feuchten Händen aus den Kugeln Patties formen und diese, sobald das Öl heiß ist, in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze von beiden Seiten knusprig braten – am besten nur einmal wenden.

Vorgehen - Bürger:

1. Die Bürgerbrötchen aufschneiden – falls fertige Bürgerbrötchen verwendet werden empfehlen wir diese kurz im Toaster oder in einer Pfanne anzurösten damit diese fest und knusprig werden.
2. Die Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Die Essiggurken längs in Scheiben schneiden.
3. Die Innenseiten der Bürgerbrötchen dünn mit Sauce bestreichen – Verteilung der Saucen nach Belieben. Anschließend die untere Brötchenhälfte von unten nach oben mit Tomaten-Scheiben, einem Salatblatt, einem Patty, einer Käsescheibe und Essiggurken belegen. Bei Bedarf auf die eine oder andere Lage nochmal Sauce streichen. Optionales: Die Jalapeños passen perfekt zu den Essiggurken. Die obere Brötchenhälfte aufsetzen und die Bürger servieren.