



Laugen-Burger mit gebratenem Camembert

Gericht verursacht 50% weniger CO2e durch Zutaten

Vegetarisch Family Klimaheld Thermomix hilft • 901 kcal • Tag 3 kochen

12



Laugenbrötchen



Camembert



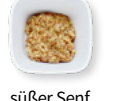
Salatherz (Romana)



Mayonnaise



Radieschen



süßer Senf



rote Zwiebel



Wildpreiselbeermarmelade



Kürbiskerne



- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix

25 [25 | 30] Min.

30 [30 | 35] Min.

Los geht's

Wasche das Gemüse ab.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Essig*, Salz*, Pfeffer*, Honig*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 große Schüssel, 1 kleine Schüssel und 1 große Pfanne

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
Laugenbrötchen 15)	180 g	270 g	360 g
Camembert 7)	250 g	375 g	500 g
Salatherz (Romana) DE	1	2	2
Mayonnaise 8) 9)	25 ml	50 ml	50 ml
Radieschen NL IT	100 g	150 g	200 g
süßer Senf 9)	15 g	22,5 g**	30 g
rote Zwiebel DE	1	2	2
Wildpreiselbeermarmelade	25 g	50 g	50 g
Kürbiskerne	10 g	20 g	20 g

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 400 g)
Brennwert	869 kJ/208 kcal	3770 kJ/901 kcal
Fett	12,85 g	55,79 g
– davon ges. Fettsäuren	5,06 g	21,95 g
Kohlenhydrate	13,91 g	60,36 g
– davon Zucker	4,35 g	18,87 g
Eiweiß	8,56 g	37,15 g
Salz	0,884 g	3,838 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: **7)** Milch (einschließlich Laktose) **8)** Eier **9)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: **DE:** Deutschland **NL:** Niederlande **IT:** Italien



Für den Salat

2 – 3 **Radieschen** in dünne Scheiben schneiden und für die **Burger** beiseitelegen.

Restliche **Radieschen**, die Hälfte vom **süßen Senf**, 1 TL [1,5 TL | 2 TL] **Honig***, 1 EL [15 g | 20 g] **Öl***, 1 EL [1,5 EL | 2 EL] **Essig***, 10 g [15 g | 20 g] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 4,5** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen.



Schneiden

2 [3 | 4] Blätter vom **Salatherz** abtrennen und beiseitelegen. **Salatherz** halbieren, Strunk entfernen, **Salatherz** in 1 cm breite Streifen schneiden und zu den zerkleinerten **Radieschen** in die Schüssel geben, aber erst kurz vor dem Servieren unterheben.



Für die Zwiebeln

Zwiebel abziehen und in feine Ringe schneiden. 10 g [15 g | 20 g] **Öl***, **Zwiebelringe**, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **8 Min./100 °C/Stufe 1** dünsten. Währenddessen in einer kleinen Schüssel **Mayonnaise** und restlichem **süßen Senf** verrühren. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Rösten

Kürbiskerne in einer großen Pfanne ohne Fettzugabe 1 – 2 Min. rösten, bis sie bräunen. Dann herausnehmen. In derselben Pfanne 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl*** erhitzen. **Laugenbrötchen** aufschneiden, von beiden Seiten in der Pfanne bei mittlerer Temperatur 2 – 3 Min. leicht anrösten und herausnehmen.



Camembert & Zwiebeln

In derselben Pfanne erneut 0,5 EL [0,75 EL | 1 EL] **Öl*** erhitzen und die **Camemberts** von beiden Seiten jeweils 2 – 3 Min. braten, bis sie gebräunt und innen weich sind. **Wildpreiselbeermarmelade** in den Mixtopf zugeben und **1 Min./90 °C/Reverse/Stufe 1** vermischen. Währenddessen **Salat** vermischen und mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



Anrichten

Schnittseiten der **Brötchen** mit **Senf-Mayonnaise** bestreichen. **Brötchenunterhälften** mit **Salatblatt** und **Camembert** belegen und mit beiseitegelegten **Radieschenscheiben** und **Zwiebeln** toppen. Mit **Brötchenoberhälften** schließen. **Salat** auf Teller verteilen und mit **Kürbiskernen** bestreuen. **Burger** daneben anrichten und genießen. **Guten Appetit!**

Radieschen

Kindern kann das Wurzelgemüse zu scharf sein. Tipp für einen milderen Geschmack: übergieße die Radieschen mit heißem Wasser und lass sie 3 Minuten darin ziehen.

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
<http://www.hellofresh.de/freunde>

