



Marokkanischer Rindfleischburger

mit würziger Zwiebelade und Kartoffelspalten



HELLO GEWÜRZMISCHUNG

Dein würziger Feinschliff:
2 g Gewürzmischung Harissa,
2 g Zwiebelgranulat,
2 g gemahlener Kumin
und 2 g Rauchsalz



Salatherz (Romana)



Gewürzmischung



Rinderhackfleisch



Tomate



Burgerbrötchen



rote Zwiebel



Rotweinessig



Joghurt (3,5 % Fett)



vorw. festk. Kartoffeln

25 [30|35] Min.

35 [40|40] Min.

Stufe 2

Thermomix kocht

Neuentdeckung

Tag 1 - 2 kochen

Wir lieben Burger und interpretieren diese immer wieder neu. Heute wird es marokkanisch bunt und würzig! Die leichte Schärfe des Harissa-Gewürzes sorgt dabei für die typische, aromatische Note, die man aus dem bunten Marokko kennt. Und bei einem guten Burger dürfen eine leckere Zwiebelade, frische Tomatenscheiben und Kartoffelwedges auf gar keinen Fall fehlen! Guten Appetit bei diesem **proteinreichen** Gericht.



LOS GEHT'S

Wasche das **Gemüse** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 große Schüssel**, **1 große Pfanne** und **1 kleine Schüssel**.



1 KARTOFFELSPALTEN ZUBEREITEN

Ungeschälte **Kartoffeln** in Spalten schneiden und auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben.

Mit **Olivenöl*** beträufeln und mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen, alles gut vermischen und flach auf dem Blech verteilen (etwas Platz für die Burgerbrötchen lassen).

Im Backofen 20 – 25 Min. backen, bis die **Kartoffelspalten** weich sind.

Währenddessen mit dem Rezept fortfahren.



2 ZWIEBELMARMELADE ZUBEREITEN

Rote Zwiebeln abziehen, halbieren, in feine Ringe schneiden und in den Mixtopf geben.

Olivenöl*, **Rotweinessig**, **Salz*** und **Pfeffer*** zugeben.

Anstelle des Messbechers Gareinsatz als Spritzschutz auf den Mixtopfdeckel stellen und

15 Min./95 °C/↻/Stufe 1 köcheln lassen.

In dieser Zeit mit dem Rezept fortfahren.



3 PATTYS VORBEREITEN

Rinderhackfleisch, **Gewürzmischung** und **Salz*** in eine große Schüssel geben und alles vermengen.

Aus der Masse 2 [3|4] flache **Pattys** formen.

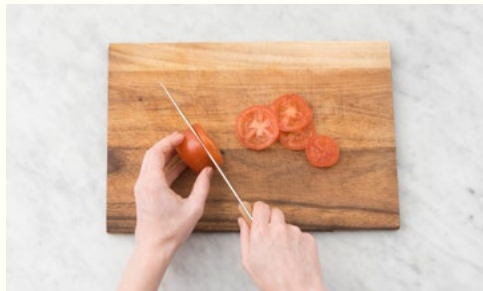


4 PATTYS BRATEN

In einer großen Pfanne **Öl*** erhitzen und **Pattys** auf jeder Seite ca. 5 Min. braten.

Währenddessen die **Burgerbrötchen** aufbacken.

★ **TIPP:** Wenn Du Dein Fleisch gut durchgebraten magst, gib es ca. 5 Min. zu den Wedges in den Backofen.



5 BURGERBRÖTCHEN BACKEN

Burgerbrötchen für ca. 5 Min. in den Backofen zum Aufbacken geben.

Währenddessen **Salatblätter** abzupfen.

Tomaten halbieren, Strunk entfernen und **Tomatenhälften** in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebelmarmelade in eine kleine Schüssel umfüllen.



6 ANRICHTEN

Burgerbrötchen aufschneiden, Unterseite mit einem Klecks **Zwiebelmarmelade** bestreichen, mit **Pattys**, **Salatblättern** und **Tomatenscheiben** belegen.

Mit ein wenig **Joghurt** abschließen und **Burger** zusammen mit den **Kartoffelwedges** genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

| | 2P | 3P | 4P |
|---|----------------|-------|--------|
| vorw. festk. Kartoffeln | 500 g | 800 g | 1000 g |
| rote Zwiebel DE | 2 | 3 | 4 |
| Salatherz (Romana) | 1 | 1 | 2 |
| Tomate NL PL | 1 | 1 | 2 |
| Rinderhackfleisch | 300 g | 450 g | 600 g |
| Gewürz "Marokkanischer Rindfleischburger" | 8 g | 16 g | 16 g |
| Rotweinessig 1) 11) | 12 ml | 24 ml | 24 ml |
| Burgerbrötchen 1) 8) | 2 | 3 | 4 |
| Joghurt (3,5 % Fett) 5) | 100 g | 150 g | 200 g |
| Olivenöl* | 1 EL | 1½ EL | 2 EL |
| Wasser* | 50 ml | 75 ml | 100 ml |
| Öl* | 1 EL | 1½ EL | 2 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.

! Unser Gemüse kann in Größe und Gewicht variieren. Bitte stelle sicher, dass Du die Mengen an die Sicherheitsregelungen des Thermomix* anpasst.

| DURCHSCHNITTLICHE NÄHRWERTE PRO | 100 g | PORTION (ca. 700 g) |
|---------------------------------|-----------------|---------------------|
| Brennwert | 511 kJ/122 kcal | 3680 kJ/880 kcal |
| Fett | 6 g | 42 g |
| - davon ges. Fettsäuren | 2 g | 16 g |
| Kohlenhydrate | 12 g | 86 g |
| - davon Zucker | 2 g | 13 g |
| Eiweiß | 6 g | 42 g |
| Ballaststoffe | 1 g | 6 g |
| Salz | 0 g | 1 g |

ALLERGENE

1) Weizen 5) Milch 8) Sesam
11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland, NL: Niederlande, PL: Polen

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

f i y p #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!