

Linsen-Burger mit Mayonnaise, Chutney, Petersilien-Salat

Für zwei Personen

Für den Bratling:

100 g rote Linsen	1 kleine Kartoffel	80 g Haferflocken
2 Möhren	2 Zwiebeln	1 Ei
150 g Naturjoghurt	1 EL Schmand	300 ml Gemüsebrühe
2 Zweige Schnittlauch	$\frac{3}{4}$ Zweig Koriander	1 TL Kreuzkümmel
1 Lorbeerblatt	30 g Mehl	

Für das Burger-Brot:

2 EL Sesamkörner	1 Ei	250 g Speisequark
1 Pck. Backpulver	50 g Zucker	300 g Mehl

Für die Wasabi-Mayonnaise:

1 Ei	1 EL Wasabipaste
------	------------------

Für das Mango-Chutney:

1 süße reife (Flug)Mango	1 rote Chilischote	1 Orange
1 Limette		

Für die Süßkartoffel-Chips:

1 kleine Süßkartoffel	2 EL rotes Currypulver	1 L Erdnussöl
-----------------------	------------------------	---------------

Für den Petersilien-Salat:

8 Tomaten	1 Bund Petersilie	1 Limette
$\frac{1}{4}$ Zweig Koriander	Salz	

Für den Bratling:

Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Gemüsebrühe aufkochen, Lorbeerblatt hinzugeben und Linsen darin 10 Minuten köcheln lassen. Möhren waschen, die Enden entfernen und fein raspeln. Zwiebeln abziehen und raspeln. Linsen abtropfen lassen und ggfs. mit einem Tuch auswringen. Linsen mit Zwiebeln und Möhren vermengen und Haferflocken, Schmand, Ei und Mehl dazugeben und evtl. etwas Joghurt.

Koriander und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Koriander, Schnittlauch und Kreuzkümmel zur Bratling-Masse geben.

Daraus kleine Bratlinge formen und in einer Pfanne langsam anbraten.

Für das Burger-Brot:

Mehl, Backpulver und Zucker verrühren und Ei und Quark dazugeben, bis ein Teig entsteht. Daraus etwa vier gleich große Kugeln formen und diese mit Sesam bestreuen. Kugeln in den Ofen geben und 20 Minuten backen.

Für die Wasabi-Mayonnaise:

Ei mit langsamen Zuführen von Öl mit einem Pürierstab zur Mayonnaise emulgieren lassen und mit Wasabipaste abschmecken.

Für das Mango-Chutney:

Mango halbieren, Fruchtfleisch rausschneiden und in Würfel schneiden.

Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein hacken.

Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limette waschen und 1 EL Schale abreiben.

Mango-Würfel zusammen mit Chili, Orangensaft, Limettenabrieb und etwas Wasser leicht köcheln lassen.

Für die Süßkartoffel-Chips:

Süßkartoffel schälen und mit einem Sparschäler dünne Scheiben abschneiden und diese in die Fritteuse geben. Nach ein paar Minuten auf dem Küchenkrepp abtropfen lassen. Chips in eine

Papiertüte geben und mit dem rotem Currypulver gut schütteln.

Wenn man Süßkartoffeln zu lange in der Fritteuse lässt, werden sie bitter. Außerdem sollte man sie sofort würzen, sobald sie aus der Fritteuse kommen.

Für den Petersilien-Salat:

Petersilie und Koriander abrausen, trockenwedeln und grob hacken.

Tomaten waschen und vierteln. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Tomaten und Petersilie vermengen und mit Salz und Limettensaft abschmecken.

Für die Garnitur: Brötchen aufschneiden und mit der halben Wasabi-Mayonnaise, dem Linsen-Bratling, dem halben Petersilien-Salat und dem halben MangoChutney belegen. Restlichen Petersilien-Salat, Mayonnaise und Chutney auf dem Teller platzieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Yannik Effe am 16. Oktober 2019