

Hamburger selbst machen

Für 4 Personen

Burger:

| | | |
|------------------|---------------|----------------------------|
| 1 Gurke | 2 Tomaten | 1 Bund |
| Radieschen | 2 Salatherzen | 2 Zwiebeln |
| 1 altes Brötchen | 100 ml Milch | 2 Eier |
| 1 EL Senf | Salz, Pfeffer | 400 g Rinder-Schabefleisch |
| 2 EL Paniermehl | 2 EL Rapsöl | 8 Hamburgerbrötchen |

Remoulade:

| | | |
|-------------------|-------------------|---------------------|
| 1 Möhre | 50 g Sellerie | 50 g Gewürzgurken |
| 4 Sardellenfilets | 1 EL Kapern | 150 g Jogurt |
| 1 EL Senf | 100 g Majonäse | 2 EL Gurkenwasser |
| Salz, Zucker | 1 Bund Petersilie | 1 Bund Schnittlauch |

Ketchup:

| | | |
|-------------------|-------------|----------------|
| 300 g Tomaten | 1 Zwiebel | 1 rote Paprika |
| 1 Apfel | 1 EL Rapsöl | 1 EL Zucker |
| 1 EL Rotweinessig | | |

Das Gemüse waschen. Die Gurke, die Tomaten und Radieschen in dünne Scheiben schneiden. Die Salatherzen in große Stücke zupfen – möglichst etwas größer als die Schnittflächen der Hamburgerbrötchen sind. Die Zwiebeln schälen und sehr fein würfeln.

Das alte Brötchen grob zerrupfen, in der Milch einweichen. Die Zwiebelscheiben mit Eiern, Senf, Salz und Pfeffer in eine große Schüssel geben und ordentlich vermengen. Das Gehackte zufügen und alles zu einer glatten Masse kneten – am besten mit den Händen. Acht Kugeln formen, leicht in Paniermehl wenden und zu Kloppen plattdrücken.

Das Rapsöl in einer großen Pfanne erhitzen und die Klopse darin von jeder Seite 3 Minuten knusprig braun braten.

Hamburgerbrötchen im Backofen oder Toaster rösten.

Hamburgerbrötchen, Fleischklopse, Gurke, Tomaten, Radieschen, Salat in getrennten Schüsseln servieren.

Tipps:

Auf dem Grill nehmen die Burgerklopse ein Raucharoma an. Wenn der Rost groß genug ist, lassen sich darauf viele gleichzeitig zubereiten – perfekt für Gäste.

Egal, ob Pfanne oder Grill – erhitzen Sie die Burger auf mindestens 70 Grad durch, so sterben unerwünschte Keime ab.

Machen Sie die Remoulade selbst: Möhre, Sellerie, Gewürzgurke sehr fein würfeln. Sardellenfilets abspülen und mit Kapern musig hacken. Alles unter die Soße aus Jogurt, Senf, Majonäse und Gurkenwasser rühren. Mit Salz, Zucker und gehackten Kräutern abschmecken.

Machen Sie auch Ketchup selbst: Tomaten, Zwiebel, rote Paprika, Apfel kleinwürfeln. Zwiebeln in Rapsöl glasig dünsten, Paprika und Apfel zugeben. Mit Zucker glasieren. Tomaten und Essig zugeben, ohne Deckel bei kleiner Hitze 15 Minuten reduzieren. Alles pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kombinieren Sie die Burger mit Salat statt Pommes frites. Das spart Kalorien.

test September 2013