

Cider-Veggie-Burger mit Apfel-Chutney

VORBEREITEN

60
Min.

RUHEN

180
Min.

ZUBEREITEN

120
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Burger

Für die Fladenbrot-Buns

360 g Mehl (Typ 550)
10 g Frischhefe
50 ml Milch (handwarm)
1/2 Teelöffel Salz
210 ml Wasser
1/2 Teelöffel Zucker
1 Ei
2 Esslöffel kalte Milch
2 Teelöffel Schwarzkümmel

Für die eingelegten Zwiebeln

2 rote Zwiebeln
200 ml Bulmers Original Cider
2 Esslöffel Rotweinessig
3 Esslöffel Zucker
2 Teelöffel Salz

Für das Apfel-Tomaten-Chutney

1 Zwiebel
3 kleine rote Äpfel
240 g Cherrytomaten
3 Esslöffel brauner Zucker
3 Esslöffel Weißweinessig
1/2 Zimtstange
1 Lorbeerblatt

1/4 Teelöffel Chiliflocken
300 ml Bulmers Original Cider
50 g getrocknete Tomaten in Öl
1 Esslöffel Sonnenblumenöl
Salz, Pfeffer

Für die Chili-Mayo

8 Esslöffel Mayonnaise
1/2 Teelöffel Paprikapulver
1/4 Teelöffel Chilipulver
1/2 rote Chilischote

Für die Veggie-Patties

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
60 g Sonnenblumenkerne
3 Esslöffel Leinsamen
480 g schwarze Bohnen
2 Esslöffel Tomatenmark
1 Teelöffel Paprikapulver
1/2 Teelöffel Cayenne
Salz, Pfeffer
60 g zarte Haferflocken
4 Esslöffel Sonnenblumenöl

Zum Belegen

200 g Feta
Kopfsalat

Besonderes Zubehör

Food Processor
Grill
Grillplatte

Stehen deine BBQ-Buddies schon parat? Dann wird es höchste Zeit für saftige Burger vom Grill. Das Beste daran: Wenn alle Komponenten schon vorbereitet sind, kann sich jeder seine Stapelware selbst zusammenbauen. Für ordentlich Abwechslung zwischen den fluffigen Buns sorgen diesmal vegetarische Patties. Außerdem hat sich neben cremiger Chili-Mayo auch fruchtig-herzhaftes Apfel-Tomaten-Chutney einen Platz auf diesem Veggie-

Cider-Veggie-Burger mit Apfel-Chutney

Burger der Extraklasse gesichert.

Also, ran an den Rost: Stapeln, futtern, anstoßen - mit einem großen Glas eisgekühltem Bulmers Cider versteht sich!

- 1 -

Für die Buns Hefe mit handwarmer Milch und Zucker verrühren, bis sie sich aufgelöst hat. An einem warmen Ort 15 Minuten ruhen lassen.

- 2 -

Mehl und Salz in eine Rührschüssel geben und mittig eine Mulde formen. Hefemischung in die Mulde geben und alles mit den Knethaken einer Küchenmaschine durchkneten. Wasser dazugeben und 5-10 Minuten kneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. Teig zu einer Kugel formen, in eine Rührschüssel legen, mit einem Handtuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.

- 3 -

Backblech mit Backpapier auslegen. Teig mit bemehlten Händen zu einer Rolle formen und in 4 gleichgroße Stücke teilen. Teigstücke zu Kugeln formen und auf das Backblech setzen. Weitere 30 Minuten gehen lassen.

- 4 -

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ei mit Milch verquirlen. Buns gleichmäßig mit der Ei-Milch-Glasur einpinseln und mit Schwarzkümmel bestreuen. Im heißen Ofen auf mittlerer Schiene ca. 20 Minuten backen.

- 5 -

Für die eingelegten Zwiebeln Cider, Rotweinessig, Zucker und Salz verrühren. Zwiebeln schälen, in dünne Ringe schneiden und mindestens 3 Stunden in der Cider-Essig-Mischung ziehen lassen.

- 6 -

Für das Chutney Zwiebel und Äpfel schälen. Äpfel und Tomaten entkernen. Alles in feine Würfel schneiden. Öl in

einem Topf erhitzen und Zwiebeln darin glasig dünsten. Äpfel, Zimtstange und Lorbeerblatt dazugeben und 5 Minuten bei mittlerer Hitze mit anschwitzen. Braunen Zucker dazugeben und unter Rühren 2-3 Minuten karamellisieren. Mit Essig und etwas Cider ablöschen.

- 7 -

Die Hälfte der Tomaten zum Chutney geben. Alles bei geringer Hitze ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen, dabei immer wieder rühren und etwas Cider nach und nach dazugießen. Getrocknete Tomaten würfeln und zusammen mit restlichen Tomaten unterrühren. Chutney von der Hitze nehmen und mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken abschmecken.

- 8 -

Für die Chili-Mayo Chilischote entkernen und sehr fein würfeln. Mit Mayonnaise, Paprika- und Chilipulver glattrühren.

- 9 -

Für die Patties Zwiebel und Knoblauch schälen. In einem Food Processor zerkleinern. Sonnenblumenkerne, Leinsamen und die Hälfte der Haferflocken dazugeben und mit durchmischen. Bohnen abgießen, zusammen mit Tomatenmark und restlichen Gewürzen dazugeben und alles zu einer cremigen Masse verarbeiten. Restliche Haferflocken unterrühren. Die Masse sollte fest, formbar und kaum klebrig sein (gegebenenfalls ein paar Haferflocken mehr unterrühren). Masse in Frischhaltefolie einschlagen und mindestens 30 Minuten kaltstellen.

- 10 -

Grill und Grillplatte vorheizen. Pattymasse vierteln, zu Kugeln rollen und zu 3 cm dicken Patties formen. Von beiden Seiten mit etwas Öl einpinseln und auf den Grillrost legen. Bei direkter Hitze von jeder Seite 2-3 Minuten grillen. In der indirekten Zone des Grills 2 Minuten ziehen lassen.

- 11 -

Feta vierteln und in kleinen Häufchen mit etwas Abstand auf die Grillplatte bröseln. Bei niedriger, indirekter Hitze

Cider-Veggie-Burger mit Apfel-Chutney

schmelzen lassen.

- 12 -

Buns halbieren und mit der Schnittfläche nach unten kurz auf dem Grill erwärmen. Schnittflächen der Buns mit Chili-Mayo bestreichen. Untere Hälften mit Salat und eingelegten Zwiebeln belegen. Patties auf die Zwiebeln setzen, Feta und Chutney darauf verteilen und mit oberer Bunhälfte toppen.

Magst du deinen Burger lieber klassisch?

Kein Problem. Dann bau dir einfach einen saftigen "Cider-Beef-Burger":

Dazu grillst du deine Patties aus frischem Rinderhack bei direkter Hitze von beiden Seiten 2-3 Minuten scharf an und lässt sie in der indirekten Zone nachziehen, bis die eine Kerntemperatur von 54 °C (medium rare) bis 57 °C (medium) erreicht haben. Dann sind sie stapelbereit.



Cider-Beef-Burger mit klassischem Rindfleisch-Patty