

Glutenfreie Burger

von Sofie Keller

Mengen für 2 Personen

40 g Käsescheiben	1 Käsescheibe wiegt 20g
40 g Zwiebel	(1 Zwiebeln ist 100g) Optional Wenn man möchte kann man Zwiebeln in Scheiben schneiden und als Belag für den Burger verwenden. Kühl stellen
50 g Eisbergsalat	Waschen und die Blätter abzupfen oder in passende Stücke schneiden. Kühl stellen
* 60 g Tomaten	Waschen und schneiden. Kühl stellen
40 g Gurken	Waschen und in feine Scheiben schneiden. Kühl stellen
20 g Zwiebel	Schälen und fein hacken.
* 1.5 g Knoblauchzehen	Schälen und fein hacken.
0.2 Bund Petersilie, frische	(Glattblättrige Petersilie) Waschen und fein schneiden.
12 g Brot	(glutenfreies Brot) Die Brotrinde wegschneiden.
2.5 cl Milch	Das Brotinnere ca. 5 Minuten in der Milch einweichen und dann ausdrücken.
* 3 g Butter	In einer Pfanne warm werden lassen und die Zwiebeln und Knoblauch andämpfen. Petersilie und Brot kurz mitdämpfen und dann in einer Schüssel auskühlen lassen.
0.2 Stück Eier	Verklopfen und in die Schüssel geben.
200 g Hackfleisch	In die Schüssel mit dem Brot und Petersilie geben.
700 g Paprika	In die Fleischmasse hinzufügen.
* 2 g Salz	In die Fleischmasse hinzufügen und mischen.
0.2 g Pfeffer	Wenig Pfeffer zum Fleisch hinzufügen und nochmals gut mischen. Die Masse in die gewünschte Anzahl Portionen teilen und mit nassen Händen zu gleich dicken Burgern formen, bis zum grillieren/anbraten kühl stellen. Die Burger bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 10 Minuten anbraten.
2.0 Stück Hamburger-Brötli	(glutenfreie Brötchen) Die Schnittflächen ca. 1 Minute anrösten.

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g