



HONIG-TERIYAKI-BURGER

mit Kartoffelspalten und scharfer Mayonnaise

SPECIAL



Aufgrund der aktuellen Situation kann es verstärkt zu Zutatenänderungen in unseren Rezepten kommen.

Bitte beachte daher folgendes:

- Prüfe immer die Allergene, mögliche Spuren von Allergenen sowie bei Bedarf (z.B. Diabetes) mögliche Abweichungen des Zuckergehalts auf der Zutatenverpackung.
- Wenn in Deinem Rezept eine Zutat fehlt oder durch eine andere ersetzt wurde, findest Du die aktualisierte Version des Rezepts mit Zubereitungsschritten sowie aktuellen Nährwerten, Allergenen und Produktinformationen unter www.hellofresh.de/menus/2020-W24

Vielen Dank für Dein Verständnis!



Burgerbrötchen



gemischtes Hackfleisch



Ingwer



Honig



Knoblauchzehe



Sriracha Sauce



Mayonnaise



Joghurt



Limette (gewachst)



Karotte



Salatherz (Romana)



vorw. festk. Kartoffeln



Sesam



Sojasoße

25 [30 | 35] Min. 35 [40 | 45] Min.

Stufe 1 Thermomix hilft

Tag 1 - 2 kochen

Wasche Deine Hände vor dem Kochen mindestens 20 Sekunden gründlich mit Seife.
Wasche das **Gemüse** ab.
Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.
Neben dem **Thermomix*** benötigst Du **2 kleine Schüsseln**, **1 große Schüssel**, **1 große Pfanne**, **1 Backblech** mit **Backpapier**.



1 KARTOFFELN BACKEN

Kartoffeln der Länge nach vierteln, in eine große Schüssel geben, 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl***, **Salz*** und **Sesam** zugeben, mischen und auf einem mit Backpapier belegten Backblech flach verteilen. **Kartoffelspalten** im vorgeheizten Ofen für 25 – 30 Min. goldbraun backen und währenddessen mit der Zubereitung fortfahren.



4 BURGER BRATEN

Aus dem **Hackfleisch** 2 [3 | 4] große, ca. 1 – 2 cm flache **Pattys** formen. In einer großen Pfanne 1 EL [1½ EL | 2 EL] **Öl*** erhitzen und je Seite 2 – 3 Min. scharf anbraten. Hitze reduzieren und Pfanneninhalt mit der vorbereiteten **Teriyaki-Soße** ablöschen. **Soße** so lange einkochen lassen, bis die **Burger** schön glasiert sind. Pfanne nach ca. 2 Min. vom Herd nehmen.



2 FÜR DIE TERIYAKI-SOSSE

Knoblauch abziehen.
Ingwer schälen und in 0,5 cm runde Scheiben schneiden.

Knoblauch und **Ingwer** in den Mixtopf geben, **3 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben. **Sojasoße** und **Honig** zugeben und **3 Min./50 °C/Stufe 1** erwärmen, damit sich der **Honig** löst. Teriyaki-**Soße** in eine kleine Schüssel umfüllen.



5 BRÖTCHEN & SALAT

Burgerbrötchen aufschneiden und ca. 2 – 5 Min. vor Ende der Backzeit zum Aufbacken zu den **Kartoffelwedges** in den Backofen geben.

Währenddessen **Limette** halbieren.

Salat in feine Streifen schneiden und in die Schüssel zu den **Karotten** geben. Vorsichtig unterheben und mit etwas **Limettensaft**, **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



3 KLEINIGKEITEN

Joghurt, **Mayonnaise**, **Salz***, **Pfeffer*** und (je nachdem, wie scharf Du es magst) **Sriracha** in den Mixtopf geben und **10 Sek./Stufe 3** vermischen. **Sriracha-Dip** in eine kleine Schüssel umfüllen, dabei 1 EL [1½ EL | 2 EL] davon im Mixtopf lassen.

Karotte schälen, in ca. 3 cm große Stücke schneiden, in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 5** zerkleinern und in eine große Schüssel umfüllen.



6 ANRICHTEN

Burgerbrötchen mit einem Klecks **Sriracha-Dip** bestreichen. Zuerst mit den **Pattys** belegen und dann mit den **Salatstreifen** toppen. Fertige **Burger** zusammen mit **Kartoffelwedges** und dem restlichen **Dip** genießen.

Guten Appetit!

2-4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Burgerbrötchen 1) 2) 5) 8) 10)	2	3	4
gemischtes Hackfleisch	300 g	450 g	600 g
Ingwer BR CN	20 g	30 g	40 g
Honig	20 g	40 g	40 g
Knoblauchzehe ES	1	1	2
Sojasoße 1) 11)	25 ml	40 ml	40 ml
Sriracha Sauce 11)	8 ml	15 ml	15 ml
Mayonnaise 2) 4)	34	51	68
Joghurt 5)	75 g	100 g	150 g
Limette, gewachst BR MX	1	1	1
Karotte NL	1	2	2
Salatherz (Romana)	1	1	2
vorw. festk. Kartoffeln	400 g	600 g	800 g
Sesam 8)	10 g	10 g	20 g
Öl* für Schritt 1 und 4	je 1 EL	je 1½ EL	je 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.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO (Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)	100 g	PORTION (ca. 600 g)
Brennwert	678 kJ/162 kcal	4.722 kJ/1.129 kcal
Fett	9,05 g	63,05 g
- davon ges. Fettsäuren	2,71 g	18,87 g
Kohlenhydrate	13,04 g	90,82 g
- davon Zucker	3,60 g	25,08 g
Eiweiß	6,54 g	45,52 g
Salz	0,814 g	5,672 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

ALLERGENE

1) Glutenhaltiges Getreide 2) Eier 4) Senf 5) Milch 8) Sesamsamen 10) Sojabohnen 11) Schwefeldioxid und Sulfite

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

URSPRUNGLÄNDER

BR: Brasilien CN: China MX: Mexiko NL: Niederlande ES: Spanien

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-STD-40-004).