

Rezepte «SRF bi de Lüt – Männerküche» 2018

Hamburger und Gemüse-Dip

Wochenrezept von Adrian Ziswiler

Hamburger

für 6 Hamburger à ca. 180-200g

- 800 g Hackfleisch vom Rind, mager
- 200 g Kalbsbrät frisch (roh)
- 2 EL Fleischgewürz
- 1 EL Streuwürze
- 80 g Paniermehl
- 1 Ei
- Etwas Maggi, wenig Salz, Pfeffer aus der Mühle

Alle Zutaten mischen und gut kneten, bis das Fleisch gut bindet.

180-200 g schwere Hamburger formen (Kugeln mit der Hand formen, dann zu ca. 1-1.5 cm dicken Scheiben plattdrücken).

Hamburger in heissem Öl ca. 8-10 Minuten braten. Wichtig: nicht zu heiss braten, sonst wird der Hamburger schwarz und verliert viel Wasser und Gewicht.

Beilagen

- Tomaten – in feine Scheiben schneiden
- Zwiebeln – in feine Ringe schneiden
- Käse – in Scheiben
- Gurken – in Scheiben
- Saucen – Ketchup und/oder andere Saucen
- Hamburger-Brötchen (am besten vom Bäcker) – halbieren und kurz in der Bratpfanne rösten

Der Hamburger kann nach Belieben mit diesen Beilagen belegt werden.

Dip-Sauce

- 200 g Crème fraîche
- 1 EL Oswald Agliata (Würzmischung mit Knoblauch und Petersilie)

Alles mischen und abschmecken.

Dip-Gemüse

- Gurke
- Rüebli
- Peperoni
- ... andere Gemüse nach Belieben

Gemüse in fingerdicke Stäbchen schneiden, in die Dip-Sauce tauchen und geniessen!