

## Rezept

# Balkan-Burger

Ein Rezept von Balkan-Burger, am 09.10.2024

## Zutaten

<b>3</b> Knoblauchzehen	<b>250 g</b> Hokkaidokürbis
Salz	<b>1 Msp.</b> Harissa
<b>250 g</b> zarte Haferflocken	<b>6 EL</b> Rapsöl
<b>2</b> rote Zwiebeln	<b>4</b> vegane Burgerbrötchen (siehe Rezept-Tipp)
<b>120 g</b> veganes Gyros	<b>4 EL</b> Joghurt-Knoblauch-Soße (Sojajoghurt zubereitet)
<b>4 TL</b> Ajvar (scharfe Paprikapaste, Glas)	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Burger | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal

## Zubereitung

1. Ofen auf 220° (Umluft nicht empfehlenswert) vorheizen. Knoblauch schälen und fein hacken oder pressen. Kürbis waschen, entkernen und auf einer Gemüsereibe grob raspeln. Die Hälfte des Knoblauchs, Kürbis, 1 TL Salz, Harissa und Haferflocken in eine Schüssel geben und mit 200 ml heißem Wasser übergießen. Alles gut mit einer Gabel vermengen. Mit feuchten Händen aus der Masse vier Pattys formen. Von beiden Seiten mit insgesamt 1 EL Öl bestreichen, auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und im Ofen (Mitte) 35 Min. backen, nach der Hälfte der Zeit wenden.
2. Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden und in einer Pfanne in 4 EL Öl braun anbraten.
3. Die Brötchen halbieren und in einer Pfanne rösten. Beiseitestellen. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen und das Gyros darin bei starker Hitze 5 Min. anbraten. Die untere Brötchenhälfte mit der Joghurt-Knoblauch-Soße, die obere Hälfte mit 1 TL Ajvar bestreichen. Patty auf Joghurt-Knoblauch-Soße geben, Gyros und Zwiebeln darüberschichten und mit der oberen Brötchenhälfte abdecken.