Rezept

Burger mit veganem Speck und karamellisierten Zwiebeln

Ein Rezept von Burger mit veganem Speck und karamellisierten Zwiebeln, am 12.10.2024

Zutaten

Für die Burger-Brötchen

- **350 ml** Pflanzendrink
- **1 EL** Rohrohrzucker
- **650 g** Weizenmehl (Type 550)
- **2 TL** Pflanzencreme
- **10 g** frische Hefe
- **80 g** weiche Margarine
- Salz
- Sesam zum Bestreuen

Für den veganen »Speck«*

- **10 Blatt** Reispapier
- **1 EL** Sojasauce
- **1 TL** geräuchertes Paprikapulver
- **2 EL** Barbecue-Sauce
- **1 EL** Olivenöl
- **1 TL** Knoblauchpulver

Für die Zwiebeln

- **2** Zwiebeln
- **1 EL** Kokosblütenzucker
- Salz
- **1 EL** Margarine
- **2 EL** Aceto balsamico

Außerdem

- **8** vegane Burger-Pattys
- saure Gurken
- Salat
- Tomaten
- vegane Mayonnaise

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Burger | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 455 kcal, 12 g F, 10 g EW, 75 g KH

Zubereitung

1. Für die Brötchen den Pflanzendrink lauwarm erwärmen. Hefe, Zucker und Margarine in Stücken zugeben und verrühren, bis sich alles aufgelöst hat. Mehl und 10 g Salz in die Hefemischung geben und mit der Hand, dem Handrührgerät oder der Küchenmaschine kneten, bis ein glatter Teig entstanden ist. Abgedeckt an einem warmen Ort 2-4 Std. gehen lassen, bis der Teig sich verdoppelt hat.

2. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche nochmal kurz durchkneten. In 8 Stücke zu je 130-150 g teilen und Kugeln daraus formen, etwas flach drücken. Auf ein Backblech mit Backpapier legen und die Teigkugeln abgedeckt weitere ca. 20-30 Min. gehen lassen.

3. Für den »Speck« das Reispapier mit einer Schere in 20 Streifen schneiden. Kurz in Wasser tauchen und je 2 Streifen übereinanderlegen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Für die Marinade alle Zutaten mischen und die Reispapierstreifen damit von beiden Seiten bestreichen.

4. Den Backofen auf 200° vorheizen. Die Teiglinge mit Pflanzencreme bestreichen und mit Sesam bestreuen. Im Ofen (Mitte) in ca. 15-20 Min. goldbraun backen. Die »Speckstreifen« nach 5 Min. ebenfalls in den Ofen schieben und 10 Min. mitbacken. Herausnehmen. Brötchen abkühlen lassen.

5. Für die karamellisierten Zwiebeln diese in Ringe oder Streifen schneiden. Die Margarine in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin 5 Min. anbraten, mit Kokosblütenzucker bestreuen und 2-3 Min. karamellisieren. Aceto balsamico darüber geben und salzen.

6. Patties auf dem Grill oder in der Pfanne zubereiten. Mit den Burgerbrötchen, dem »Speck«, den karamellisierten Zwiebeln und euren Lieblingszutaten servieren.