

Rezept

Falsche Hamburger mit Salat

Ein Rezept von Falsche Hamburger mit Salat, am 15.12.2025

Zutaten

Für die Sauce

3 EL Ketchup

1 EL Salatmayonnaise (50 % Fett)

1 EL mittelscharfer Senf

1 Schuss Gurken-Einlegeflüssigkeit

Für den Burger

200 g Eisbergsalatblätter

3 Essiggurken

2 EL Olivenöl

Salz

30 g fettarmer Reibekäse

1 Tomate

1 kleine Zwiebel

150 g mageres Rinderhackfleisch

Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 375 kcal, 25 g F, 24 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Für die Sauce Ketchup, Senf und Mayonnaise in einer kleinen Schüssel vermischen. So viel Gurken-Einlegesud unterrühren, bis eine cremige Sauce entstanden ist. Die Sauce beiseitestellen.
2. Für den Burger den Eisbergsalat waschen, trocken schleudern und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Tomate waschen, trocken tupfen und in dicke Scheiben schneiden. Die Essiggurken ebenfalls in Scheiben schneiden. Jeweils die Hälfte des Salats kreisförmig im Durchmesser eines Hamburgers auf einen Teller legen. Zuerst die Tomatenscheiben darauflegen, dann die Essiggurken.
3. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und das Hackfleisch darin bei mittlerer Hitze rundum leicht braun und krümelig anbraten, bis es durchgegart ist. Die Zwiebelwürfel dazugeben und die Hackfleischmischung mit Salz und Pfeffer würzen. Am Ende den Käse auf das Fleisch in die Pfanne streuen. Sobald der Käse zu schmelzen beginnt, das Rindfleisch in der Pfanne mit dem Pfannenwender zu zwei Burger-Pattys formen.
4. Die Burger-Pattys auf die übrigen Burger-Zutaten auf die Teller legen und die Sauce darauf verteilen.