Rezept

Hamburger »Spicy«

Ein Rezept von Hamburger »Spicy«, am 06.07.2025

Zutaten

600 g	grobes Rinderhackfleisch (z. B. aus der Hüfte)
1/4 TL	Chiliflocken
1 Prise	gemahlener Kreuzkümmel
	Salz
1	rote Zwiebel (ca. 80 g, ersatzweise normale Küchenzwiebel)
4 Blätter	Kopfsalat oder anderer Blattsalat
8 TL	Mangochutney »hot« (ersatzweise Aprikosenkonfitüre, gewürzt mit Chiliflocken)
1 Prise	gemahlener Kardamom
1 Prise	gemahlene Gewürznelken
3 EL	Ahornsirup
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
1	große Tomate (ca. 50 g)
2	Essiggurken
4	Hamburgerbrötchen

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Das Hackfleisch in einer Schüssel mit den Gewürzen und dem Ahornsirup gut verkneten. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken. Im Kühlschrank ca. 30 Min. ruhen lassen.

2. Die Masse in 4 gleich große Portionen teilen und mit feuchten Händen zu möglichst gleichmäßigen Pattys (Frikadellen) formen. Sie sollten etwas größer sein als die Hamburgerbrötchen. Die Pattys nochmals für ca. 30 Min. kühl stellen.

3. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und in dünne Ringe schneiden. Die Tomate waschen, den Stielansatz entfernen und die Frucht in dünne Scheiben schneiden. Die Essiggurken ebenfalls schräg in dünne Scheiben schneiden. Die Salatblätter waschen und gründlich trocken tupfen.

4. Den Grill anheizen. Sobald sich eine graue Ascheschicht auf den Kohlen oder Briketts gebildet hat, die Pattys auf dem Rost bei direkter, großer Hitze von jeder Seite 4 Min. grillen. Die Hamburgerbrötchen aufschneiden und für 1 Min. mit der Schnittfläche auf den Rost legen.

5. Nun die Hamburger zusammensetzen: Auf jeden Brötchenboden 1 TL Chutney geben und mit 1 Salatblatt belegen. 1 Patty, Tomatenscheiben, Zwiebelringe und Essiggurke darauflegen. Mit 1 TL Chutney abschließen und mit der zweiten Brötchenhälfte belegen. Alles leicht andrücken.

6. Den fertigen Burger noch einmal von jeder Seite knapp 1 Min. grillen und sofort servieren.