Rezept

# Hamburger - das Original

Ein Rezept von Hamburger - das Original, am 21.05.2025

## Zutaten

| | |
|---|---|
| **500 g** | mageres Rinderhackfleisch |
| | Pfeffer |
| **2** | Tomaten |
| **2** | süßsaure Gewürzgurken |
| **3 EL** | Tomatenketchup |
| | Öl zum Bestreichen |
| | Salz |
| **4 Blätter** | Eisbergsalat |
| **2** | milde Zwiebeln |
| **4** | große Burgerbrötchen (Buns) |
| **2 EL** | Mayonnaise |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 560 kcal

## Zubereitung

1. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben, mit Salz und Pfeffer würzen und vorsichtig durchmischen. Das Hack in 4 Portionen teilen und zu flachen Hacksteaks (10 cm Ø) formen. Auf Backpapier legen und im Tiefkühlfach in ca. 30 Min. leicht anfrieren lassen, sie halten dann beim Grillen besser zusammen.

2. Den Grill anheizen. Die Salatblätter waschen, trocken tupfen und in schmale Streifen schneiden. Die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben hobeln. Die Gewürzgurken in dünne Scheiben schneiden. Die Burger-Brötchen aufschneiden. Alles einschließlich Ketchup und Mayonnaise bereitstellen.

3. Den Grillrost heiß werden lassen, leicht ölen. Am Rand des Rosts die Burger-Brötchen leicht anrösten. Die angefrorenen Hacksteaks mit Öl bestreichen und in der Mitte des Grillrosts bei starker Hitze pro Seite 2 - 3 Min. grillen.

4. Die unteren Hälften der Buns mit Salatstreifen bestreuen, je 1 Hacksteak darauflegen, Tomaten, Gurken und Zwiebeln darüber verteilen. Ketchup und Mayonnaise daraufgeben und mit den oberen Bun-Hälften abdecken. Aus der Hand essen.