

Rezept

Köfteburger mit Joghurt-Minz-Sauce

Ein Rezept von Köfteburger mit Joghurt-Minz-Sauce, am 29.04.2024

Zutaten

½ Bund Minze	1 Bio-Zitrone
1 Stück Bio-Salatgurke (ca. 40 g)	3 Knoblauchzehen
250 g griech. Joghurt (10 % Fett)	Salz
100 g Rinderhackfleisch	100 g Lammhackfleisch
100 g Feta-Schafskäse	1 Zwiebel
3 Stängel glatte Petersilie	1 Ei
1 TL Olivenöl	3 EL Semmelbrösel
½ TL Chilipulver	½ TL grobes Salz
Pfeffer	½ TL getr. Thymian
½ TL getr. Oregano	½ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 EL Öl	2 Burger-Brötchen

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 835 kcal, 51 g F, 44 g EW, 51 g KH

Zubereitung

1. Die Minze waschen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Zitrone heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben. Das Gurkenstück waschen und auf der Küchenreibe fein raspeln. Eine der Knoblauchzehen schälen, fein hacken.
2. Den Joghurt in einer Schüssel verrühren. Die vorbereiteten Zutaten hinzufügen, untermischen und die Joghurt-Minz-Sauce mit Salz abschmecken.
3. Nun das Rinder- und Lammhackfleisch in eine Schüssel geben. Den Schafskäse zerbröckeln und hinzufügen. Zwiebel und übrige Knoblauchzehen schälen, fein hacken. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und mitsamt den Stängeln fein hacken.
4. Zwiebel, Knoblauch und Petersilie zusammen mit dem Ei, dem Olivenöl, den Semmelbröseln und den Gewürzen zum Hackfleisch geben und alles zu einer homogenen Masse verkneten. Zu zwei Pattys formen.
5. Auf einer Grillplatte das Öl erhitzen und darauf die Pattys von beiden Seiten jeweils ca. 3 Min. anbraten. Die Brötchen horizontal halbieren und mit den Schnittseiten nach unten ca. 2 Min. mitrösten.

6. Zum Servieren die unteren Brötchenhälften mit der Joghurt-Minz-Sauce bestreichen, dann mit den Pattys belegen, nochmals Joghurtsauce darübergeben und mit dem oberen Brötchen abschließen.