

## Rezept

# Rinderburger mit Kiwi und Roter Bete

Ein Rezept von Rinderburger mit Kiwi und Roter Bete, am 30.04.2024

## Zutaten

<b>300 g</b> Rinderhackfleisch	<b>1 Stück</b> Ingwer (ca. 2 cm)
<b>1</b> Ei	<b>1 EL</b> Dijon-Senf
Salz	Pfeffer
<b>1</b> Rote Bete (ca. 100 g; vorgegart und vakuumiert)	<b>1 Zweig</b> Rosmarin
<b>1</b> Bio-Zitrone	<b>4 Zweige</b> Thymian
<b>1</b> Kiwi	<b>2 EL</b> Öl
<b>2 EL</b> Crème fraîche	<b>4 Blätter</b> Salat nach Belieben
<b>2</b> Burger-Brötchen	<b>1 TL</b> Tomatenmark
	<b>3 EL</b> Sprossenmix

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 760 kcal, 45 g F, 43 g EW, 44 g KH

## Zubereitung

1. Das Hackfleisch in eine Schüssel geben. Ingwer schälen, sehr fein würfeln und dazugeben. Beides mit Ei und Senf gut vermengen, dann mit etwas Salz sowie Pfeffer abschmecken. Zu zwei Pattys formen.
2. Die Rote Bete aus der Verpackung nehmen und in Scheiben schneiden. Rosmarin und Thymian waschen, trocken schütteln, die Nadeln und Blättchen abzupfen, fein hacken. Zur Roten Bete geben.
3. Die Zitrone heiß waschen, abtrocknen. Die Schale abziehen, fein hacken. Den Saft auspressen. Zitronenschale und 1 EL Saft mit 1 EL Öl ebenfalls zur Roten Bete geben. Etwa 10 Min. durchziehen lassen.
4. Kiwi quer halbieren, das Fruchtfleisch vorsichtig mit einem Messer aus den Schalenhälften lösen. In Scheiben schneiden. Die Salatblätter waschen und trocken schleudern. Die Crème fraîche mit Tomatenmark und 1-2 TL Zitronensaft verrühren.
5. Übriges Öl auf einer Grillplatte erhitzen und die Pattys darin von beiden Seiten jeweils ca. 3 Min. braten. Vom Grill nehmen und warm stellen. Rote-Bete-Scheiben ebenfalls von beiden Seiten in je 1 Min. scharf angrillen. Die Brötchen horizontal halbieren und mit den Schnittseiten nach unten dazulegen.
6. Die Burger in der Reihenfolge Brötchen, Creme, Salat, Patty, Rote Bete, Kiwi und Sprossen-Mix bauen. Mit der oberen Brötchenhälfte abschließen.