Mushroom Burger! mit glasiertem Portobello

grünem Pesto, dazu Rucola und Ofenkartoffeln

32

Vegan Thermomix hilft • 913 kcal • Tag 3 kochen

veganer Brioche Burger Bun

Portobello-Pilze

Ofenkartoffel

Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“

Rucola

vegane Mayonnaise

Basilikum

Sonnenblumenkerne

Hefeflocken

Knoblauchzehe

Balsamicocreme

rote Zwiebel

Natürlicher Geschmack
- Ohne künstliche Farbstoffe
- Ohne künstliche Aromen
- Ohne hinzugefügte Glutamate

thermomix

30 [30 | 35] Min.

40 [40 | 45] Min.

Los geht's

Wasche Gemüse und Kräuter ab und tupfe die Kräuter mit Küchenpapier trocken.

Basiszutaten aus Deiner Küche*

Öl*, Pflanzliche Margarine*, Salz*, Pfeffer*, Wasser*

Kochutensilien

Thermomix®, 1 Backblech mit Backpapier, 1 große Pfanne und 1 kleine Schüssel

Zutaten 2 – 4 Personen

	2P	3P	4P
veganer Brioche Burger Bun **15)**	2	3	4
Portobello-Pilze	2	3	4
Ofenkartoffel **DE** | **FR** | **BE**	2	3	4
Gewürzmischung „Hello Buon Appetito“	6 g	10 g	12 g
Rucola	50 g	75 g	100 g
vegane Mayonnaise	50 g	75 g	100 g
Basilikum	10 g	10 g	20 g
Sonnenblumenkerne	20 g	20 g	40 g
Hefeflocken	5 g	10 g	10 g
Knoblauchzehe **ES**	1	2	2
Balsamicocreme **14)**	24 g	36 g	48 g
rote Zwiebel **DE**	1	1	2

**Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig

Durchschnittliche Nährwerte pro

(Berechnet auf Grundlage der angegebenen Ausgangszutaten.)

	100 g	Portion (ca. 480 g)
Brennwert	797 kJ/190 kcal	3820 kJ/913 kcal
Fett	11,34 g	54,37 g
– davon ges. Fettsäuren	1,16 g	5,57 g
Kohlenhydrate	17,82 g	85,46 g
– davon Zucker	2,86 g	13,71 g
Eiweiß	4,04 g	19,38 g
Salz	0,358 g	1,715 g

Bitte beachte, dass die Nährwertangaben auf der Rezeptkarte aufgrund natürlicher Schwankungen und kurzfristiger Produktänderungen abweichen können. Maßgeblich sind allein die Nährwertinformationen auf den Produktverpackungen.

Allergene: 14) Schwefeldioxide und Sulfite **15)** Weizen

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

Ursprungsländer: DE: Deutschland **FR:** Frankreich **BE:** Belgien **ES:** Spanien

1

Katoffeln backen

Heize den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze (200 °C Umluft) vor.

Kartoffeln in 4 oder 6 Spalten schneiden.

Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit der Hälfte „**Hello Buon Appetito**“, 1 EL [**1,5 EL** | **2 EL**] **Öl***, **Salz*** und **Pfeffer*** vermengen und im Ofen 25 – 30 Min. goldbraun backen.

Währenddessen fortfahren.

2

Für das Pesto

In einer großen Pfanne ohne Fettzugabe **Sonnenblumenkerne** für 2 – 3 Min. rösten, bis sie anfangen zu bräunen und in den Mixtopf umfüllen.

Knoblauch abziehen.

Basilikum in grobe Stücke schneiden.

Knoblauch und **Basilikum** in den Mixtopf zugeben, **5 Sek./Stufe 8** zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.

Vegane Mayonnaise, **Hefeflocken**, 20 g [**30 g** | **40 g**] **Wasser***, **Salz** und **Pfeffer*** zugeben und **20 Sek./Stufe 3,5** rühren.

Pesto in eine kleine Schüssel umfüllen.

3

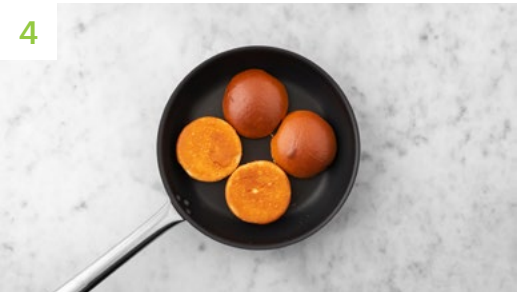
Für das Dressing

Balsamicocreme, 20 g [**30 g** | **40 g**] **Öl***, 20 g [**30 g** | **40 g**] **Wasser***, **Salz*** und **Pfeffer*** in den Mixtopf geben und **20 Sek./Stufe 3** zu einem **Dressing** verrühren.

Die Hälfte vom **Dressing** in eine große Schüssel umfüllen.

Rucola halbieren, und in die große Schüssel zum **Dressing** geben, aber erst kurz vor dem Servieren unterheben.

4



Kleinigkeiten

Zwiebel halbieren und in feine Halbmonde schneiden.

Zwiebel in den letzten 15 Min. der **Kartoffelgarzeit** mit auf das Backblech geben.

Stiele der **Portobello** entfernen.

Brioche Brötchen waagerecht aufschneiden.

In der großen Pfanne 1 EL [**1,5 EL** | **2 EL**] **pflanzliche Margarine*** erhitzen.

Brioche Brötchen darin auf den Schnittseiten 1 – 2 Min. toasten, bis sie goldbraun sind.

5

Portobello braten

In derselben großen Pfanne erneut 1 EL [**1,5 EL** | **2 EL**] **Öl*** erhitzen.

Portobello Pilze darin je Seite 2 – 3 Min. anbraten, bis sie gut gebräunt sind.

Tipp: *Für ein besseres Ergebnis kannst Du die Pilze beim Braten noch mit einer zweiten Pfanne andrücken.*

Portobellopilze mit dem restlichen **Balsamicodressing** glasieren, „**Hello Buon Appetito**“ dazugeben, alles 30 Sek. einköcheln, bis die **Portobello** glasiert sind. Mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen.

6

Anrichten

Brioche Brötchen mit etwas von der **Pesto-Mayonnaise** bestreichen, etwas **Rucola** darüber geben und mit dem **Portobello** und **Zwiebeln** toppen.

Burger auf Teller verteilen, **Kartoffelspalten** daneben anrichten und mit dem restlichen **Dip** servieren.

Guten Appetit!

Für mehr Essensfreu(n)de:

Lade Deine Freunde jetzt mit einem frischen Einstiegsrabatt von mind. 54,99 € ein!
http://www.hellofresh.de/freunde