



# PLT-Burger

mit Tomaten-Zwiebel-Marmelade, dazu Aioli und Süßkartoffelwedges



## HELLO SÜSSKARTOFFEL

*Christoph Kolumbus brachte die Süßkartoffel einst von seinen Südamerika-Reisen nach Europa! Inzwischen ist sie bei uns nicht mehr wegzudenken!*



Süßkartoffel



Himbeertomate



rote Zwiebel



Portobello-Pilze



Salatherz



Mozzarella



Burgerbrötchen



Basilikum



Mayonnaise



40 Minuten

Stufe 1

Neuentdeckung

Veggie

Du wirst sicherlich nicht das „B“ für „Bacon“ in diesem extrem leckeren PLT-Burger vermissen. Gebratener Portobello gibt ihm seine köstlich-würzige Tiefe, und die selbstgekochte Tomaten-Zwiebel-Marmelade schafft die perfekte Balance zwischen süß und salzig. Lass Dir unser **ballaststoffreiches** Gericht schmecken!

# LOS GEHT'S

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst außerdem **Backpapier**, ein **Backblech**, **1 kleine Pfanne** und **1 kleine Schüssel**. Entdecke den **PLT-Burger mit Tomaten-Zwiebel-Marmelade**.



## 1 FÜR DIE SÜSSKARTOFFELWEDGES

**Süßkartoffel** schälen und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen (etwas Platz für die Portobello-Pilze und Burger-Brötchen lassen), mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl** beträufeln, leicht **salzen** und **pfeffern**. Auf der mittleren Schiene im Backofen ca. 20 Min. backen, bis die **Süßkartoffelwedges** knusprig sind, dabei 2- bis 3-mal wenden.



## 4 BURGER BELEGEN

Blätter vom **Salatherz** abzupfen. **Mozzarella** in Scheiben schneiden. **Burger-Brötchen** halbieren und mit **Mozzarella** belegen. **Brötchenhälften** ca. 5 Min. in den Backofen geben, bis der **Käse** zerlaufen ist.



## 2 IN DER ZWISCHENZEIT

1 [2] **Tomate** würfeln, den Rest in dünne Scheiben schneiden. **Rote Zwiebel** abziehen und fein würfeln. **Portobello-Pilze** mit etwas **Olivenöl** beträufeln und mit **Salz** und **Pfeffer** würzen. Anschließend **Portobello-Pilze** 10 – 12 Min. in den Backofen geben und garen.



## 5 AIOLI ZUBEREITEN

Für die **Aioli**: Blätter vom **Basilikum** abzupfen und fein hacken. In einer kleinen Schüssel **Mayonnaise** und gehacktes **Basilikum** mischen, mit etwas **Salz** und **Pfeffer** würzen.



## 3 TOMATEN-ZWIEBEL-MARMELADE

In einer kleinen Pfanne 1 TL [1 EL] **Öl** erhitzen, **Tomaten-** und **Zwiebelwürfel** darin unter Rühren 10 – 15 Min. einköcheln lassen. Eventuell 1 – 2 EL [2 – 4 EL] **Wasser** zufügen, wenn die Konsistenz zu dick wird. Mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



## 6 BURGER FERTIGSTELLEN

Überbackene **Brötchenhälften** mit etwas **Aioli** bestreichen. **Portobello-Pilze**, **Salatblätter** und **Tomatenscheiben** darauflegen und mit **Tomaten-Zwiebel-Marmelade** toppen, **Brötchenoberseite** aufsetzen und ein wenig andrücken. **Burger** mit **Süßkartoffelwedges** auf Teller verteilen und genießen.

# 2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
Süßkartoffel US	1	2
Himbeertomaten ES	2	4
rote Zwiebel DE	1	2
Portobello-Pilze	2	4
Salatherz	1	2
Mozzarella 7)	125 g	250 g
Burgerbrötchen 1) 11)	2	4
Basilikum	5 g ☞	10 g
Mayonnaise 3) 7) 10)	20 ml	40 ml

(Oliven-)Öl\*, Salz\*, Pfeffer\*

\* Gut im Haus zu haben (bei 4 Personen Menge in Klammern)  
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO 100 g	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	455 kJ/106 kcal	3346 kJ/782 kcal
Fett	14 g	102 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	20 g
Kohlenhydrate	4 g	29 g
– davon Zucker	2 g	12 g
Eiweiß	4 g	29 g
Ballaststoffe	1 g	8 g
Salz	0 g	2 g

### ALLERGENEN

1) Gluten 3) Ei 7) Lactose 10) Senf 11) Sesam

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

### URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland ES: Spanien US: Vereinigte Staaten von Amerika

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC® zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de  
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

## Guten Appetit!