

Hamburger mit Barbecue-Salat

Für 4 Personen:

Für die Hamburger:

700 g Rinderhackfleisch	1 EL Steakgewürz	1 EL Grillgewürz
mildes Chilisalz	1 TL Öl	

Für die Sauce:

200 g Tomatenketchup	1 EL Steakgewürz	1 EL Grillgewürz
2 EL Espresso	1 EL Whiskey	1 EL Ahornsirup
1 TL Dijon-Senf	1 gerieb. Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ TL gerieb. Ingwer

Für den Salat:

2 Mini-Zucchini	$\frac{1}{2}$ rote Zwiebel	$\frac{1}{2}$ rote Paprikaschote
10 Cocktailtomaten	1 EL Kalamata-Oliven	$\frac{1}{2}$ TL Öl
mildes Chilisalz		

Außerdem:

Romana- und Frisé-Salat 4 Burger-Brötchen

Für die Hamburger das Hackfleisch mit Steak- und Grillgewürz und Chilisalz würzen und alles gut mischen. Aus der Hackmasse mit einem Hamburger-Former 4 Burger pressen (alternativ daraus mit angefeuchteten Händen 4 große, flache Bratlinge formen), zugedeckt kühl stellen.

Für die Barbecue-Sauce alle Zutaten in einem kleinen Topf unter Rühren kurz erwärmen. Nach Belieben warm oder abgekühlt servieren.

Für den Salat die Zucchini putzen, waschen, längs halbieren und in 3 bis 4 mm dünne Scheiben schneiden. Die Zwiebel schälen und in 1 cm große Blätter schneiden. Die Paprikaschote entkernen, waschen und in 1 cm große Würfel schneiden.

Die Tomaten waschen und vierteln. Die Oliven in Scheiben schneiden.

Eine große Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen. Das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen und Zucchini, Zwiebel und Paprika wenige Minuten andünsten. Tomaten und Oliven hinzufügen, alles mit Chilisalz würzen und 1 EL BarbecueSauce untermischen.

Den Salat gründlich waschen und trocken schleudern, ggf. in mundgerechte Stücke zupfen. Die Brötchen quer aufschneiden und in einer Pfanne ohne Fett auf der Schnittseite hell rösten.

Für die Burger eine Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen und das Öl mit einem Pinsel darin verstreichen. Die Burger auf beiden Seiten 4 bis 5 Minuten braten und sofort servieren.

Zum Servieren die unteren Hälften der Burger-Brötchen mit etwas Salat und 1 Burger belegen, den Barbecuesalat darauf verteilen und die Sauce darüberträufeln. Zuletzt die Brötchenoberseiten darauflegen.

Alfons Schuhbeck am 31. Januar 2021