

Tomaten-Burger

Für 4 Portionen

2 Fleischtomaten	1 Ei	2 EL Vollkornmehl
0,5 TL Paprika scharf	Salz, Öl	6 EL Panko
100 g Babyspinat	1 rote Zwiebel	1 Mozzarella
4 EL Pesto alla Genovese	80 g Serano Schinken	

Tomaten in 8 ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden.

Ei verquirlen. Vollkornmehl mit Paprikapulver und Salz vermengen und in einen Teller geben. Panko in einen weiteren Teller geben. Tomatenscheiben erst mehlieren, dann im Ei und zuletzt im Panko wenden.

Pfanne mit Öl erhitzen und die Tomatenscheiben auf beiden Seiten je 2-3 Minuten goldbraun rösten.

Auf einem Küchentuch kurz abtropfen lassen.

Babyspinat waschen und trocken schleudern. Rote Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.

Mozzarella in Scheiben schneiden.

Pro Burger eine Tomatenscheibe mit etwas Pesto bestreichen, darüber etwas Babyspinat, ein bis zwei Scheiben Mozzarella, etwas Pesto, Schinken, Zwiebelringe legen und mit der zweiten Tomatenscheibe schließen.

Burger mit einem Spieß fixieren und servieren.

NN am 16. Juli 2025