

Vegetarische Burger

Burger Buns 12 Stück

Menge	Zutaten	Arbeitsablauf
½ Würfel 15 g 100 ml	Hefe Zucker Wasser lauwarm	Hefe in Wasser auflösen Zucker dazu geben 15 Minuten abgedeckt ruhen lassen
500 g 130 ml 80 g 15 g 2 TL 1	Mehl Buttermilch Butter flüssig Zuckerrübensirup Salz Ei	zur aufgegangenen Hefe dazugeben- und 10 Minuten kneten 1 Stunde abgedeckt ruhen lassen 12 Teiglinge formen- flach drücken- nochmal abgedeckt 15 Minuten gehen lassen
½ 25 ml	Ei Wasser	verrühren und Teiglinge damit bestreichen
	Sesam	Teiglinge damit bestreuen und dann bei 190° Ober- Unterhitze 15-17 Minuten backen
30 g	Butter flüssig	Die heißen Burger Buns damit bestreichen



Vegane Patties

Menge	Zutaten	Arbeitsablauf
2 2 200 g 250 g 200 g	Zwiebeln Knoblauchzehen Möhren Zucchini Champignons	vorbereiten und zerkleinern (sehr fein raspeln)
2 EL	Öl	In einer Pfanne erhitzen und das Gemüse ca. 8 Minuten darin anbraten
100 g 200 ml	Rote Linsen Wasser	dazu geben und ca.10 Minuten garen
1/2 TL ¼ TL 2 TL 250 g	Rauchsalz Pfeffer Paprika edelsüß Haferflocken	dazu geben Gemüseteig in eine Schüssel umfüllen und dann pürieren Gemüseteig zum abkühlen auf ein Backblech streichen 12 Patties formen
2 EL	Öl	in einer Pfanne erhitzen und die Patties anbraten



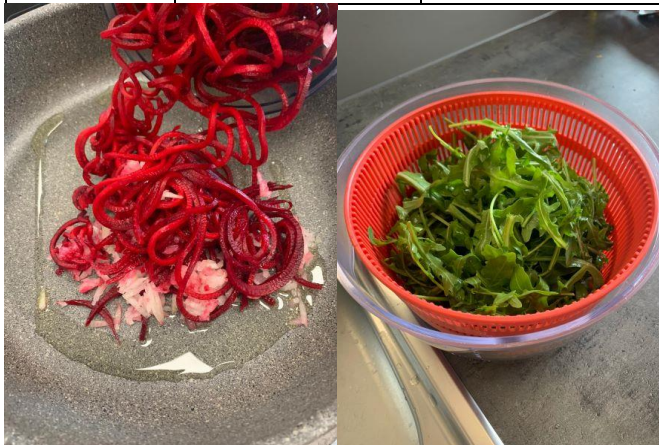
Remoulade für 12 Burger

Menge	Zutaten	Arbeitsablauf
2 B. 6 EL 60 ml	Schmand Mayonnaise Gurkensud	verrühren
1 EL 1 Prise	Dill Zucker	dazu geben
	Salz, Pfeffer	abschmecken



Rote Bete

Menge	Zutaten	Arbeitsablauf
250 g	Rote Bete	vorbereiten- grob raspeln oder mit dem Spiralschneider schneiden
2 EL	ÖL	in einer Pfanne erhitzen- Rote Bete darin 4 Minuten anbraten
½ TL ¼ TL 3 EL	Salz Pfeffer Balsamicoessig weiß	dazu geben



Wir bedanken uns bei Sally für die Rezepte, die uns geholfen haben unseren Klima-Burger zu kreieren
<https://sallys-blog.de/>

Link zum Video

<https://www.youtube.com/watch?v=q6YR0gL8IQw>

