

Red-Velvet-Burger

Zutaten für 4 Personen

2–3 Zweige Thymian
100 ml Rote-Bete-Saft
½ Würfel frische Hefe (21 g)
1 Ei
250 g Weizenmehl (Type 550)
1 EL Zucker
ca. 1 TL Salz
40 g weiche Weihenstephan Butter
1 Knoblauchzehe
1 EL Kapern
120 g Mayonnaise
Pfeffer aus der Mühle
4–8 Salatblätter (z. B. Lollo Bionda)
1 Handvoll Rote-Bete-Sprossen
500 g Rinderhackfleisch
1 EL Olivenöl
1 Mini-Gurke

Zubereitung

Den Thymian waschen, trocken tupfen, die Blätter abstreifen und fein hacken. Den Rote-Bete-Saft erwärmen, die Hefe hineinbröckeln und unter Rühren auflösen. Das Ei trennen. Die Hefemischung, das Mehl, den Zucker, ½ TL Salz, die Butter, die Hälfte der Thymianblättchen und das Eigelb zu einem glatten Teig verkneten und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 1 Std. gehen lassen.

Den Teig verkneten, zu 4 flachen Burger-Brötchen formen und weitere ca. 20 Min. gehen lassen. Den Backofen auf 200° C vorheizen. Die Brötchen mit dem Eiweiß bestreichen, mit dem übrigen Thymian bestreuen und im Backofen 15–20 Min. backen. Die Brötchen auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

Für die Aioli den Knoblauch abziehen und mit den Kapern fein hacken. Die Mayonnaise mit dem Knoblauch und den Kapern verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salatblätter und die Rote-Bete-Sprossen abbrausen und trocken tupfen.

Das Rinderhackfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und zu 4 Burger-Patties formen, in einer (Grill-)Pfanne im erhitzten Öl von jeder Seite 4–5 Min. braten. Die Gurke waschen und in Scheiben schneiden.

Die Brötchen aufschneiden, die Schnittflächen beider Hälften mit der Aioli bestreichen, die Unterseiten jeweils mit Salat, Burger-Patties, Gurkenscheiben und Rote-Bete-Sprossen belegen, mit den oberen Hälften abdecken und servieren.

Niveau: mittel

Zubereitungszeit: 40 Min. Ruhen: 1 Std. 20 Min. Backen: 15–20 Min. Braten: 8–10 Min.
Pro Portion ca. 843 kcal, 33 g EW, 51 g F, 61 g KH