

Kartoffel-Erbesen-Burger in Dinkel-Brötchen

Zutaten (für 2 Burger):

- 300 g mehlig kochende Kartoffeln
- 150 g (tiefgekühlt oder getrocknet) grüne Erbsen
- 10 Rosenkohl
- 80 g Pilze
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 40 ml Weißwein oder Apfelsaft
- 150 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Apfelessig
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Ei
- 1 EL Schnittlauch
- 1 Flocke Butter
- 2 Dinkelbrötchen
- 4 Blätter Spinat
- etwas Tomatenketchup
- Salz
- Pfeffer

Getrocknete Erbsen mindestens 1 Stunde, besser über Nacht, in Wasser eingeweichen. Kurz vor der Zubereitung in ein Sieb abgießen und kurz mit lauwarmem Wasser abspülen.

Tiefkühl-Erbsen mit lauwarmem Wasser abbrausen.

Kartoffeln schälen, in Salzwasser kochen, abgießen und abkühlen lassen. Zwiebel in feine Würfel schneiden, Knoblauch fein hacken. Beides in einer Pfanne anschwitzen, die Erbsen dazugeben, kurz anrösten und mit Weißwein oder Apfelsaft ablöschen. Mit Gemüsebrühe auffüllen, Apfelessig und Lorbeerblatt dazugeben und alles köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Die Erbsen in der Pfanne abkühlen lassen.

Rosenkohl-Röschen und Pilze in mundgerechte Stücke schneiden und in einer zweiten Pfanne braten. Sind die Erbsen handwarm, diese sowie die vorgekochten Kartoffeln in eine große Schüssel geben. 1 Ei, fein geschnittenen Schnittlauch sowie die gebratenen Pilze und Rosenkohl-Blätter dazugeben, alles mit Salz und Pfeffer abschmecken, gut vermischen und die entstandene Masse zu Burgern formen. Diese in Öl von beiden Seiten braten, etwas Butter der Pfanne schmelzen und die Kartoffel-Erbesen-Burger damit beschöpfen.

Dinkelbrötchen aufschneiden, beide Hälften mit Ketchup bestreichen, den Kartoffel-Erbesen-Bratling in die Mitte legen, mit frischem Blattspinat garnieren und servieren.

Zutaten für den Ketchup:

- 1 Dose geschälte Tomaten
- 2 Äpfel
- 1 Zwiebel
- ½ Zehe Knoblauch
- ¼ Bund Petersilie
- einige Blätter Basilikum

Zwiebeln und Knoblauch in einer Pfanne anschwitzen. Äpfel mit Schale in Würfel schneiden und mit in die Pfanne geben. Dosentomaten hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles auf kleiner Stufe köcheln lassen. Petersilie fein hacken, Tomaten und Apfelstücke mit einem Kartoffelstampfer etwas zerdrücken und das frische Basilikum dazugeben.

Sendung/Quelle: Visite

Letzter Sendetermin: 15.01.2019

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen