

Pilz-Bacon-Burger

Unser Schlemmer-Trio: Herta Bacon mit frischen Pilzen und saftigem Rindfleisch. In nur wenigen Schritten zubereitet und abgerundet mit frischen Tomaten und Spinat wird er zum Burger der besonderen Art. Als Dinner for One oder Leibgericht für die gesamte Familie.



Zutaten

100 g Herta Bacon
4 Burger Patties

GETREIDE & HÜLSENFRÜCHTE

4 Brioche-Burgerbrötchen

OBST & GEMÜSE

250 g Champignons
80 g frischen Babyspinat
2 große Tomaten
1 Zwiebel
1 bis 2 Knoblauchzehen

GEWÜRZE

1 bis 2 EL Sojasauce

ÖL & ESSIG

Öl zum Anbraten (bspw. Sonnenblumenöl)

Anleitung

1. SCHRITT

Zwiebel in Ringe schneiden. **Öl** in der Pfanne erhitzen, danach die Zwiebel darin 3 bis 5 Min. glasig braten, 2 EL **Wasser** hinzugeben und zugedeckt für ca. 1 Min. garen lassen.

2. SCHRITT

Pilze putzen, in Scheiben schneiden, in einer anderen Pfanne in etwas **Öl** für 6 Min. anbraten. Danach mit **Sojasauce** ablöschen und **pfeffern**. Während die Pilze braten, die Burger Brötchen toasten oder im Ofen rösten.

3. SCHRITT

Herta Bacon in einer separaten Pfanne ohne Zugabe von Fett kross anbraten, aus der Pfanne nehmen und auf einer Küchenrolle abtropfen lassen.

4. SCHRITT

Danach in der gleichen Pfanne mit dem Bratfett die **Burger Patties** braten.

5. SCHRITT

Babyspinat waschen und trockenschleudern.

6. SCHRITT

Burger zusammenstellen. Die Basis sind Blätter vom **Babyspinat**, danach folgen je nach Geschmack 2 bis 3 Scheiben **Herta Bacon**. Darauf je nach Geschmack 1 bis 2 Scheiben **Tomaten** legen. Darauf werden die **Champignons** geschichtet. Mit **Brötchenoberhälfte** abdecken. Ggf. alles mit einem Holzspieß fixieren.

GUTEN APPETIT

Nährwerte pro Portion

Energie	637,2 kcal
Fett	37,5 g
Kohlenhydrate	33,6 g
Eiweiß	41,4 g