




Cheeseburger mit selbst gemachtem Ketchup



 Zeit gesamt
30min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	2 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Öl	3 EL
Tomaten, gehackt	400 g
Balsamicoessig, hell	1 EL
Salz	
Pfeffer, bunt	
Zucker	2 EL
Gewürzgurken	2 St.
Kopfsalat	0.25 St.
Hackfleisch vom Rind	500 g
Hamburgerbrötchen	4 St.
Butterkäse	
Aufschnitt	4 Scheiben
Senf	4 TL
Röstzwiebeln	4 TL

Zubereitung

 Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, große Pfanne mit Deckel

1. Zwiebeln und Knoblauch halbieren, schälen und fein hacken. In einem Topf 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und jeweils die Hälfte der Zwiebeln und vom Knoblauch darin ca. 2 Min. dünsten. Mit gehackten Tomaten und Essig ablöschen, mit Salz, Pfeffer, Zucker würzen und ca. 10 Min. leicht dickflüssig einköcheln. Abschmecken und abkühlen lassen.
2. Gurken abtropfen und in Scheiben schneiden. 4 Salatblätter abtrennen, waschen und trocken schütteln.
3. In einer Schüssel restliche Zwiebeln und Knoblauch mit Hackfleisch, Salz und Pfeffer vermengen. Aus der Masse 4 Patties formen. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Patties von jeder Seite ca. 4 Min. goldbraun braten. Jeweils eine Scheibe Käse auf die Patties legen, Pfanne vom Herd nehmen und zugedeckt ca. 2 Min. schmelzen lassen.
4. Burgerbrötchen halbieren. Die Unterseite jeweils mit Senf bestreichen. Mit Salatblatt, Pattie mit Käse, Gewürzgurken, Röstzwiebeln und Ketchup belegen. Brötchendeckel daraufsetzen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: In einem sauberen, luftdicht verschlossenen Glas hält sich der Ketchup einige Tage im Kühlschrank.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 552 kcal

Kohlenhydrate 49 g

Eiweiß 34 g

Ballaststoffe 5 g

Fette 24 g
