



Italo-Burger

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Hackfleisch, gemischt	450 g
Pinienkerne	20 g
Öl	2.5 EL
Crème fraîche	100 g
Pesto alla Genovese	4 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Strauchtomaten	1 St.
Rucola	50 g
Mozzarella	1 St.
Hamburgerbrötchen	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Schüssel, große Pfanne, Küchenkrepp

1. Hackfleisch zum Temperieren aus dem Kühlschrank nehmen. In einer Pfanne Pinienkerne mit 1 TL Öl auf mittlerer Stufe unter Schwenken ca. 2 Min. goldbraun anrösten. Anschließend auf Küchenkrepp abtropfen lassen.
2. Pinienkerne fein hacken. In einer Schüssel Crème fraîche, Pesto alla Genovese und gehackte Pinienkerne vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und beiseitestellen.
3. Tomate waschen und in Scheiben schneiden. Rucola waschen und trocken schütteln. Mozzarella trocken tupfen und in Scheiben schneiden.
4. In einer weiteren Schüssel Hackfleisch sehr intensiv mit Salz und Pfeffer würzen und aus der Masse 4 ca. gleich große, runde Burgerpatties formen. In einer Pfanne oder Grillpfanne restliches Öl auf höchster Stufe erhitzen und Fleisch darin rundherum ca. 3–4 Min. scharf und kross anbraten.
5. Derweil Burgerbrötchen halbieren und auf dem Toaster kurz anrösten. Beide Hälften mit Pestocreme bestreichen. Unterseiten mit Rucola, Patties und Tomaten belegen und pfeffern. Brötchenoberhälften daraufklappen und Burger mit restlicher Pestocreme als Dipp servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	673 kcal
Kohlenhydrate	30 g
Eiweiß	35 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	46 g