Schnelle Schnitzelburger aus der Heißluftfritteuse

Zeit gesamt
35min

Zubereitungszeit
25min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Ketchup	4 EL
Sojasauce	3 EL
Honig	3 EL
Majoran, getrocknet	1 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Frischkäse, natur	3 EL
Senf	3 EL
Strauchtomaten	2 St.
Gewürzgurken	2 St.
Zwiebeln, rot	1 St.
Romana Salat	1 St.
Hamburgerbrötchen	4 St.

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Sieb, SILVERCREST Heißluftfritteuse

1.
In einer Schüssel Ketchup, Sojasauce, 2 EL Honig, Majoran, Salz und Pfeffer verrühren. Schnitzel waschen, trocken tupfen und in der Marinade wenden und für ca. 15 Min. beiseite stellen.

2. Je 2 Schnitzel in den Frittierkorb legen, bei 180 °C 5 Min. frittieren, umdrehen und bei gleicher Temperatur 5 Min. weitergaren. Vorgang mit den übrigen 2 Schnitzeln wiederholen.

3. In einer Schüssel Frischkäse mit Senf und übrigem Honig verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4. Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Gewürzgurken in Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Salatblätter einzeln abtrennen, waschen und trocken schütteln.

5. Untere Hälften der Hamburgerbrötchen mit Senfcreme bestreichen und mit Schnitzeln belegen. Tomaten, Salat und Zwiebelringe darauflegen und mit übriger Senfcreme beträufeln. Obere Hälften der Hamburgerbrötchen darauflegen.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passen Süßkartoffel-Pommes und ein Krautsalat.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	413 kcal
Kohlenhydrate	47 g
Eiweiß	42 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	6 g