



Vitello-Tonato-Burger

Zeit gesamt
 25minZubereitungszeit
25minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Mini Romana	1 St.
Thunfisch im eigenen Saft	100 g
Sardellenfilets in Olivenöl	10 g
Mayonnaise	150 g
Kapern	2 EL
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Hackfleisch vom Kalb	600 g
Salz	
Öl	1 EL
Hamburgerbrötchen	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, hohes Gefäß, große Pfanne, Sieb, Küchenpapier,
SILVERCREST Stabmixer/ Pürierstab

1. Salat waschen und Blätter einzeln abtrennen. Thunfisch abgießen.
2. Sardellen grob hacken. In einer Schüssel Sardellen mit Thunfisch und Mayonnaise vermengen. Nach Belieben mit 1 EL Kapernsud und Pfeffer abschmecken.
3. In einer Schüssel Kalbhackfleisch mit Salz und Pfeffer verkneten. Aus der Masse 4 Patties formen.
4. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Burger-Patties darin ca. 5 Min. rundherum anbraten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Hamburgerbrötchen halbieren und in der Pfanne auf der Schnittfläche ca. 2 Min. goldbraun rösten.
5. Unterseite der Hamburgerbrötchen mit etwas Thunfischmayo bestreichen. Mit Salat belegen und jeweils ein Burgerpatty daraufsetzen. Jeweils 1 EL Thunfischmayo und Kapern auf dem Patty verteilen und Brötchen zuklappen. Vitello-Tonato-Burger heiß servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	687 kcal
Kohlenhydrate	27 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	45 g