

## Der Vorkoster

### Burger-Boom: Die neuesten Hamburgertrends im Check

#### Die Rezepte

Amerikanische Burgerbrötchen	2
Burgerbratlinge aus Bohnen	4
Björn Freitags sommerliche Mayonnaise-Senf-Soße	6
Björn Freitags deutsche Coleslaw-Interpretation	8
Vorkoster-Burger	9
Cynthia Barcomis vegetarischer Burger	11

## Amerikanische Burgerbrötchen

Rezept von Cynthia Barcomi



Fluffig, weich, aber dennoch stabil – so soll ein gutes Burgerbrötchen sein. Das Rezept hat Cynthia Barcomi über Jahre perfektioniert.

### Zutaten für ca. 12 Brötchen:

- 250 ml Milch
- 175 ml Wasser
- 60 g weiche Butter
- 2 Eier (1 für den Teig, 1 zum Bestreichen)
- 750 g Mehl Typ 405
- 1 Päckchen Trockenhefe
- 1 EL Zucker
- 1 ½ TL Salz
- Mohn, Sesam, Sonnenblumenkerne (nach Geschmack) für das Topping

### Zubereitung:

- Warme Milch und Wasser mit einem ganzen Ei verquirlen. Die Flüssigkeit sollte lauwarm sein.
- **Tipp von Cynthia Barcomi:** kalte Milch direkt aus dem Kühlschrank nehmen, dann heißes Wasser verwenden, um die richtige Temperatur zu erreichen.
- In einer großen Rührschüssel Mehl, Trockenhefe, Zucker und Salz mischen. Die weiche Butter in kleinen Stückchen dazugeben. Die Flüssigkeit in die Mehl-Mischung gießen.
- Mit einer Küchenmaschine oder einem Handmixer mit Knethaken drei Minuten kneten, bis der Teig glatt und elastisch ist.

- Den Teig in der Schüssel mit einem feuchten Tuch abdecken und entweder über Nacht zum Aufgehen in den Kühlschrank stellen oder etwa 90 Minuten an einem warmen Ort (nicht auf der Heizung) gehen lassen, bis sich das Volumen verdoppelt hat.
- Zwei Backbleche mit Backpapier auslegen.
- Den Teig mit der Faust niederdrücken und in 12 Stücke teilen (à ca. 110 g).
- Zu glatten Kugeln formen, auf das Backblech setzen und dabei etwas flachdrücken.
- Mit dem verquirlten Ei leicht bepinseln und noch einmal 30 bis 40 Minuten gehen lassen.
- Den Backofen auf 200 °C Umluft oder Ober-Unterhitze vorheizen.
- Die Brötchen vor dem Backen noch einmal mit Ei bestreichen und je nach Geschmack mit Sesam, Mohn oder anderen Körnern bestreuen.
- 12 bis 14 Minuten backen. Je nach Ofen kann die Backdauer variieren. Wichtig ist, dass die Brötchen am Ende schön goldbraun sind.

## Burgerbratlinge aus Bohnen

Rezept von Cynthia Barcomi



Aromatisch-köstliche Pattys aus Bohnen – die perfekte Burger-Alternative für Vegetarier

### Zutaten für 6 Bratlinge:

- 250 g getrocknete oder 580 g gekochte schwarze Bohnen und/oder Kidneybohnen
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel (Kumin)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Rauchsatz (gibt's im gut sortierten Supermarkt. Alternativ einfaches Salz)
- 1 kleine Zwiebel
- 1-2 getrocknete Chilischoten nach Geschmack
- 2 Maiskolben, gekocht und nur die Körner oder 150 g Tiefkühl- oder Dosen-Mais
- 1 Ei
- 30 g Semmelbrösel
- 6 Scheiben Käse z.B. Emmentaler, Gouda, Cheddar - optional
- Pflanzenöl zum Braten

### Zubereitung:

- Getrocknete Bohnen nach Packungsanweisung gar kochen und abgießen. Oder die Bohnen aus der Dose abtropfen lassen.
- Mit einem Pürierstab die Bohnen mit Olivenöl pürieren.
- Knoblauch schälen und zusammen mit dem Rauchsatz fein hacken.

- Geschälte Zwiebel und Chili ebenfalls fein hacken.
- Mit einem Holzlöffel oder Gummispatel Knoblauch, Zwiebel, Chili und Mais unter die Bohnenmasse rühren, gefolgt von Ei und Semmelbröseln. Nach Bedarf mit Salz abschmecken.
- Aus der Masse Bratlinge in der gewünschten Größe formen.
- Pflanzenöl in einer Bratpfanne erhitzen. Sobald es heiß ist, die Bratlinge etwa fünf Minuten auf jeder Seite braten.
- Wer will, kann nach dem ersten Wenden eine Käsescheibe auf jeden Bratling geben und einen Deckel auf die Pfanne legen, damit der Käse gleichmäßig schmilzt.

## Björn Freitags sommerliche Mayonnaise-Senf-Soße

Rezept von Björn Freitag



Sommer, Sonne und dazu Burger direkt vom Grill – und als Krönung Björns einfache Mayonnaise-Senf-Soße ganz ohne Ei.

### Zutaten für ca. 500 ml Soße:

- 2-3 EL Röstzwiebeln
- 1 TL grobes oder feines Paprikapulver
- ½ TL Cayennepfeffer
- 200 g Rahmjoghurt
- 1 TL Salz
- Pfeffer
- 1 bis 2 mittelgroße Essiggurken
- 300 ml Rapsöl
- 2 TL Senf, mittelscharf
- 1 TL körniger Senf (z.B. Pommery-Senf)
- 1 Knoblauchzehe
- 2 TL Zucker

### Zubereitung:

- Röstzwiebeln mit Paprikapulver und Cayennepfeffer in einem Mörser fein zerstoßen.
- Rahmjoghurt in ein Rührgefäß geben, dazu etwas Salz und das gemörserte Pulver.
- Essiggurken kleinschneiden. Zusammen mit mittelscharfem und körnigem Senf hinzufügen. Nach Geschmack pfeffern.

- Anschließend mit Öl auffüllen. Mayonnaise sollte aus mindestens 50 Prozent Öl bestehen. Je höher der Öl-Anteil, desto fester wird sie.
- Den Pürierstab auf den Boden des Gefäßes setzen, pürieren und dabei langsam nach oben ziehen, bis eine gebundene Creme entstanden ist.
- Frischen Knoblauch hineinreiben und mit Zucker abschmecken.
- Umrühren und in den Kühlschrank stellen.

## Björn Freitags deutsche Coleslaw-Interpretation

Rezept von Björn Freitag



Krautsalat mal anders! - Der amerikanische Klassiker Coleslaw als Burgertopping.

### Zutaten für etwa 6 Burger:

- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 100 g frischer Rotkohl
- Rapsöl
- 50 ml Essig
- ½ TL Salz
- 1 TL Zucker

### Zubereitung:

- Zwiebeln schälen und in dünne Streifen schneiden. Mit etwas Rapsöl in einer Pfanne kurz anbraten.
- Den frischen Rotkohl fein hobeln oder dünn schneiden und zu den Zwiebeln geben. Auf mittlerer Stufe für etwa sieben Minuten weiter andünsten. Ab und an mit einem Spatel umrühren.
- Mit Essig ablöschen, mit Salz und Zucker würzen und vermengen.
- Zum Schluss noch einmal auf kleiner Stufe für fünf Minuten brutzeln lassen, bis der Rotkohl weich geworden ist und auch die Zwiebeln eine schöne lila Farbe angenommen haben.

## Vorkoster-Burger

Rezept von Björn Freitag



Der individuelle Burger von Björn Freitag – mit Coleslaw und selbstgemachter Mayonnaise-Senf-Soße.

### Zutaten für etwa 6 Burger:

- 1 große Fleischtomate (zum Beispiel Ochsenherz)
- ½ Gurke
- 500 g Rinderhackfleisch (je nach Geschmack fein oder grob durchgelassen)
- Pflanzenöl
- Salz
- Pfeffer
- 6 Scheiben Emmentaler
- 250 ml Mayonnaise-Senf-Soße
- Coleslaw á la Björn Freitag
- 6 Burgerbrötchen

### Zubereitung:

- Die Tomate in je sechs gleichdicke Scheiben schneiden. Die Gurke schälen und mit Hilfe eines Sparschälers in dünne Längsstreifen schälen.
- Das Rinderhackfleisch durchkneten und zu je etwa 80 g schweren Bratlingen formen. Das geht von Hand oder mit Hilfe einer Burgerpresse.
- Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. Nach und nach die geformten rohen Pattys hineingeben und bei mittlerer Hitze braten.

- Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und nach vier bis fünf Minuten – je nach Garwunsch und Pfanne – wenden. Als Faustregel gilt: Wenn der Patty von unten bis zur Mitte grau und nicht mehr rosa ist, kann er gewendet werden.
- Anschließend eine Scheibe Käse auf jedes Patty legen, die Hitze etwas reduzieren. Damit der Käse gleichmäßig auch von oben schmilzt, die Pfanne mit einem Deckel abdecken.
- Nach weiteren vier bis fünf Minuten ist das Patty fertig.
- Die Burgerbrötchen seitlich durchschneiden.

**Und so stapelt Björn Freitag seine Burger:**

- Die untere Hälfte des Burgerbrötchens mit Soße bestreichen.
- Darauf folgen eine Tomatenscheibe und ein bis zwei dünn geschälte Gurkenstreifen sowie ein Esslöffel von Björns Coleslaw-Variante.
- Noch mal etwas Soße, dann das Burgerpatty mit zerlaufenem Käse.
- Zum Schluss noch etwas Soße auf die Innenseite der oberen Brötchenhälfte geben und als Deckel auf das Burgerbauwerk geben. Fertig – guten Appetit!

## Cynthia Barcomis vegetarischer Burger

Rezept von Cynthia Barcomi



Eine Kombination aus Cynthias vegetarischen Bohnen-Pattys und Björns Burgerbelägen.

### Zutaten für 6 Burger:

- 6 Burgerbrötchen
- 1 große Fleischtomate (zum Beispiel Ochsenherz)
- 6 Bratlinge aus Bohnen
- 6 Scheiben Käse z.B. Emmentaler, Gouda, Cheddar
- Coleslaw á la Björn Freitag
- 250 ml Mayonnaise-Senf-Soße

### Zubereitung:

- Die Brötchen längs halbieren.
- Die Tomate in 6 Scheiben schneiden
- Die Bratlinge zubereiten und den Käse darauf zerlaufen lassen. (Rezept siehe oben)
- Auf die untere Burgerbrötchenhälfte eine Scheibe Tomate legen.
- Den Patty mit geschmolzenem Käse auflegen.
- Darauf kommt ein Esslöffel von Björns Coleslaw.
- Großzügig mit Mayonnaise-Senf-Soße beträufeln.
- Mit der oberen Brötchenhälfte bedecken.