

Liebe Köch*innen,

passen zum Veganuar (zusammengesetzt aus vegan + January) soll es heute vegane Burger geben. Wir nutzen dazu die Pattys von Bunte Burger und anstelle von Burgerbuns angeröstetes Brot.

Die Baumannshofbelegschaft ist sich einig: Es war sehr lecker und das kann man durchaus genau so machen! Das sagte sogar der bratwurstliebhabende Gemüseinkäufer ;)

Viel Spaß beim Nachkochen!
Stefan Herbolzheimer

PS: Wer den Baumannshof und mein Handwerk selbst erschmecken will:
www.dickekatzekocht.de



Zutaten

Zwiebel Pilz BBQ-Sauce

- 100 g Austernpilze
- 2 Zwiebeln (200 g)
- 3 EL BBQ-Sauce
- Salz, Zucker, Öl

Veganes Feld Coleslaw

- 1 Lauch (150 g)
- 1 Pastinake (100 g)
- 2 Karotten (150 g)
- ½ Kopf Weißkraut (300 g)
- 2 Äpfel
- 1 Zitrone
- 1 Schnapsglas weißer Balsamico
- 1 Glas vegane Mayo (250 g)
- Salz, Pfeffer, Zucker, Dill
- Evtl. Gurkenwasser

Patty

- Red Lentil BBQ-Style Burger von Bunte Burger
- Red Bean Umami-Style Burger von Bunte Burger

Salat

- Blattsalat
- Emils Sylter Dressing mit Aceto Balsamico (Ohne Witz, da braucht man fast keines selber machen ;))
- Kofu (Tofu aus Kichererbsen) in Würfel geschnitten und angebraten als Salattopping

Zubereitung

Zwiebel Pilz BBQ-Sauce

Zwiebeln in Halbringe schneiden und Austernpilze in Streifen zupfen. Beides mit etwas Öl, Salz und Zucker 20 Minuten anbraten, bis alles schön röstig und zusammengefallen ist. Dann die Pfanne vom Herd nehmen und BBQ-Sauce unterrühren.

Veganes Feld Coleslaw

Lauch und Weißkohl in feine Ringe schneiden. Karotten und Pastinake zuerst schälen, dann zusammen mit den Äpfeln raspeln. Zitrone auspressen. Alles zusammen mit der Mayonnaise in einer Schüssel vermengen und mit Salz, Pfeffer, Zucker, Dill und, falls vorhanden, Gurkenwasser von Gewürzgurken, abschmecken.

Pattys von beiden Seiten anbraten.

Brot, bzw. Buns anbraten und belegen mit Zwiebel Pilz BBQ-Sauce und/oder Coleslaw, Pattys und das ganze Toppen mit Salat, Tomate, Gurke, Zwiebel und was schmeckt. Guten Appetit!