

VEGGIE BURGER



VEGAN



VEGETARISCH



LAKTOSEFREI

Sommer und Burger im Freien genießen, so lässt sich das Leben aushalten – erst Recht mit unserem Veggie Smoky BBQ Burger!



Schwierigkeitsgrad
Einfach



Arbeitszeit
30 Minuten



Anlass
Hauptgericht



Zutaten für 2 Burger:

Für die Barbecuesauce

- 250 g biozentrale Tomatenketchup
- EL brauner Zucker
- 50 ml Wasser
- 2 EL Apfelessig
- 2 EL Worcester- Soja oder Teriyakisauce
- 1 TL Paprikapulver, mild
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL Senf
- einen Hauch Chili Flocken oder Tabasco
- Salz nach Geschmack

Für den restlichen Burger

- 2 Burgerbrötchen
- 1 Pkg. biozentrale Veggie Burger Smoky BBQ
- 3 EL biozentrale Olivenöl
- Salat und Gemüse nach Belieben

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!

www.biozentrale.de

Seite 1 / 2

VEGGIE BURGER

Zubereitung

1. Du kannst Barbecuesauce kaufen, kannst aber auch diese einfache selbst gemachte Variante versuchen. Gib dafür alle Saucen-Zutaten in einen Topf, lass alles einmal aufkochen und bei geringer Hitze etwa 10 Minuten unter gelegentlichem Rühren weiterköcheln. Anschließend abkühlen lassen.
2. Die Veggie Burger Mischung mit 140 ml heißem Wasser und 3 EL Öl mischen, 5 Minuten quellen lassen und anschließend die geformten Burger in heißem Öl braten.
3. Die Burgerbrötchen nach Belieben mit Sauce, Veggie Burgern, Salat und Gemüse belegen.
Guten Appetit!

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!

www.biozentrale.de