

Luftschlangensuppe | Bütt-Burger©

Rezept für 4 Personen

Rezept für 1 Portion

Rezepte von:

Josephine Berger Schülerin, 9 Jahre alt

Tobias Brand Fastnacht-Jugend Unterfranken



Zutatenliste für die Luftschlangensuppe

2 Stangen Lauch | 3 Stück Karotten | 2 Stück Brühwürfel (für 1 l Wasser) | 100 g Bandnudeln | 4 Stück Bockwurstchen | 1 Pck. Gemischte Kräuter (TK oder frische Kräuter)

Zubereitung der Luftschlangensuppe

- 1 Von den Lauchstangen die dunkelgrünen Enden abschneiden. Die Stangen gründlich waschen und in 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Karotten waschen und schälen. Mit einem Sparschäler in dünne Streifen hobeln.
- 2 Das Wasser im Topf erhitzen und die Brühwürfel darin auflösen. Die Brühe bei starker Hitze zum Kochen bringen. Den Lauch, die Möhren und die Nudeln in die Brühe geben und einmal umrühren. Die Brühe einmal aufkochen lassen und bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen.
- 3 Die Wurstchen in Scheiben schneiden und in die Suppe geben und für etwa 5 Minuten heiß werden lassen. Zum Schluss die Kräuter in die Suppe geben und noch einmal umrühren.

Zutatenliste für den „Bütt-Burger©“

1 Burgerbrötchen mit Sesam | 100 - 120 g Hackfleisch (gemischt) | Salz und Pfeffer | Muskatnuss | frische Kräuter (z. B. Petersilie und Schnittlauch) | 1 Ei | Semmelbrösel | 2 mittelgroße Strauchtomaten | 1 kleine Zucchini (für 3-4 Scheiben) | 1 kleine Aubergine (für 3-4 Scheiben) | Olivenöl | einige Blätter Lollo Bionda Salat (oder Eisberg Salat)

Zubereitung des „Bütt-Burger©“

- 1 Das Burgerbrötchen halbieren und ohne Fett in einer heißen Pfanne mit der Schnittfläche kurz anbräunen. Ist auch auf einem Toaster möglich.
- 2 Das Hackfleisch mit Gewürzen, klein gehackten Kräutern und Ei mischen und Semmelbrösel zugeben bis eine kompakte Masse entsteht. In einer Pfanne mit Olivenöl goldbraun fertig braten.
- 3 Die Tomaten waschen, über Kreuz an der Fläche einschneiden und kurz in heißem Wasser blanchieren. Im kalten Wasser (ggf. Eiswasser) abschrecken, Haut abziehen, vierteln und Gehäuse und Kerne entfernen. In kleine

Würfel (Concassé) schneiden und mit den restlichen klein gehackten Kräutern mischen. Salz und Pfeffer sowie etwas Olivenöl zugeben und abschmecken.

4 Zucchini- und Auberginenscheiben in einer (Grill-)Pfanne anbraten und wie Antipasti in wenig Olivenöl einlegen und mit Salz und Pfeffer bestreuen.

5 Das Burgerbrötchen (Unterseite) mit den gewaschenen Salatblättern belegen, Zucchini- u. Auberginenscheiben darauf geben und das Fleischküchle anlegen.

6 Marinierte Tomatenwürfel darüber geben und mit der Oberseite des Burgerbrötchens fertig belegen. Die Tomatenwürfel können auch als Garnitur um den Burger angerichtet werden.

Guten Appetit!



TVtouring
Fernsehen

täglich ab 18:00 Uhr
über Kabel und Satellit

alle Folgen von Frankens Gute Köche finden Sie auch unter: tvtouring.de/mediahek