

NO WASTE - VEGANER SENSATIONAL BURGER AN RATATOUILLE MIT AIOLI UND KARTOFFELSCHALEN

ZUTATEN

 4 PORTIONEN

 40 MIN

 MITTEL

2 Packungen Garden Gourmet Sensational Burger

100 ml Kichererbsenwasser

2 TL Senf

1/2 Zitrone

600 g Kartoffeln

1 rote Paprika

1/2 Zucchini

1 rote Zwiebel

1/2 Aubergine

3 Tomaten

Salz und Pfeffer

3 Knoblauchzehen

1 EL Rosmarin

1 EL Thymian

Sonnenblumenöl

1 Salatblatt (optional)

Auf der Suche nach einem veganen Burger-Rezept? Dann probiere dieses hier! Gibt auch deinen Speiseresten ein zweites Leben!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Zubereitung Aioli

Zuerst wird die Aioli zubereitet. Dazu in einer Schüssel die Kichererbsenflüssigkeit mit dem Saft einer halben Zitrone, 2 fein gehackten Knoblauchzehen und 1 Teelöffel Senf mischen. Mit einem Stabmixer oder dem Handrührgerät zerkleinern, bis die Masse schaumig geschlagen ist. Das Öl (250 ml) während des Mixens hinzugeben, bis eine Mayonnaise entsteht. Je mehr Öl hinzugefügt wird, umso dicker wird sie. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken.

*Die übrig gebliebenen Kichererbsen kann man mindestens 2 Tage im Kühlschrank aufbewahren oder in einem leckeren Salat verwenden.

2. Vorbereitung Kartoffelschalen

Danach werden die Kartoffelschalen vorbereitet. Den Ofen auf 180 C vorheizen. Ober- und Unterseite der Kartoffeln abschneiden und sie dick schälen. Die geschälten Kartoffeln zur späteren Verwendung in Wasser aufbewahren (maximal 2 Tage). Die Kartoffelschalen gründlich waschen und ein wenig im Wasser liegen lassen. Abtropfen und gut trocknen. Eine 1 cm dicke Schicht Sonnenblumenöl in einer großen Bratpfanne auf höchster Stufe erhitzen. Kartoffelschalen darin knusprig und goldbraun braten. Die Schalen aus dem Öl auf ein Küchenpapier schöpfen. Auf einem Backblech verteilen, mit etwas Thymian und Rosmarin bestreuen und für weitere 5 bis 8 Minuten in den Ofen schieben. Nach dem Backen mit Salz bestreuen.

3. Zubereitung Ratatouille

Für das Ratatouille Zucchini, Aubergine, rote Paprika (ohne Kerne), rote Zwiebel und Tomaten in kleine Würfel schneiden. Gemüse-Würfel in etwas Öl ca. 5 Minuten anbraten, bis sie gar sind. In der letzten Minute die Tomate dazugeben und mit Salz, Pfeffer und etwas Thymian und Rosmarin würzen.

4. Sensational Burger zubereiten und genießen!

Zum Schluss die Garden Gourmet Sensational Burger zubereiten. Den Sensational Burger gemäß den Anweisungen auf der Packung braten. Ein Salatblatt unter den Sensational Burger legen. Alles zusammen servieren und genießen!

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.DE**