

Fleischbratlinge 500g Lendenstück, gehackt / 1/2 Zwiebel, fein geschnitten / 2 Knochblanchzehen, fein in Würfel geschnitten / 1 TL Ketchup / 1 TL sonnengetrocknete Tomaten, fein in Würfel geschnitten / je 1/2 TL Worcestershire-Sauce, Dijon-Senf und Tabasco.

Alle Zutaten gut mischen, zu Bratlingen formen und über Nacht in den Kühlschrank stellen.



Caramelisierte Zwiebeln Schneide 4 durchschnittlich grosse Zwiebeln in Scheiben. Brate sie in Öl mit 2 TL Zucker bei geringer Hitze für ca. 20-25 Minuten. Regelmässig rühren. Wenn die Zwiebeln Farbe angenommen haben, so ca. nach 5 Minuten, rühre einen TL Balsamico Essig, ein bisschen Salz und zwei TL Wasser ein. Ungefähr 15 Minuten weiter köcheln lassen.



Sauce Ketchup, Mayonnaise und Senf mit Essiggurken-Würfel mischen. (Mengen s. Bilder)



BBQ Lege deine Zutaten für den Burger bereit und schalte den Grill auf volle Hitze / nimm einen rezenten Käse, z.B. einen reifen Greyerzer und schneide ihn in Scheiben / schneide eine Fleischtomate in dicke Scheiben. Würze sie mit Salz und Pfeffer / streiche beide Hälften der Brötchen mit Butter, Salz, Pfeffer und Knoblauch-Salz ein / lege einige Salatblätter bereit / die Bratlinge mit Salz und Pfeffer würzen und auf den heissen Grill legen, 3 Minuten pro Seite, so bleiben sie schön halbdurch gebraten / wenn du die Bratlinge umdrehst, lege den Käse darauf / lege die Tomaten auf den Grill, 1-2 Minuten pro Seite / toaste die Brötchen auf dem Grill / toaste sie für eine Minute je Seite.

Jetzt setzen wir den Burger zusammen Die Bratlinge für 1-2 Minuten ruhen lassen, dann grosszügig Sauce auf das untere Brötchen streichen, dann ein Salatblatt darauflegen. Danach eine Scheibe Tomate, das Fleisch, die caramelisierten Zwiebeln - auch hier bitte nicht sparen. Und dann nicht zuviel, aber genug Sauce und die andere Hälfte des Brötchens drauflegen.

Der INTEGRAL Burger ist geboren!

Lieblingsrezepte unserer Mitarbeiter
Andreas Fingal kreiert den INTEGRI Burger

