VEGANER BBQ KIRSCH BURGER

2 PORTIONEN | 40 MIN | MITTEL

ZUTATEN

2 Stück Garden Gourmet Vegane Burger

250 g Dinkelmehl, Typ 1050

250 g Dinkelmehl, Typ 630

1 1/2 TL Salz

2 EL Rohrzucker

1 Würfel frische Hefe

250 ml Sojamilch

50 ml Wasser, warm

2 EL Olivenöl

1 EL Soja-Sahne + 1 EL Wasser

3 EL Sesam

80 g Babyspinat

2 Zweige Thymian

6 Kirschtomaten

1 Zwiebel

20 g vegane Margarine

1 Prise weißer Rohrzucker

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

2 Scheiben Ananas

500 g Süßkirschen, entkernt

100 ml Agaven-Dicksaft

100 ml Kirschsaft

Saft einer halben Limette

1 halbe geraspelte Bio Limettenschale

1 EL Worcestersauce

1 TL Chiliflocken

1 Prise Paprikapulver, geräuchert

30 g Zartbitterschokolade (entspricht ca. 2 Stk.)

30 ml Rapsöl

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNG

1. Zubereitung Burger Buns

Die Mehle in einer Schüssel mit dem Rohrzucker, einem TL Salz und der Hefe vermischen.
Den Vorteig ca. 1 Stunde lang an einem warmen Platz stellen.
Die Sojamilch mit dem warmen Wasser und dem Olivenöl verquirlen, zu den trockenen Zutaten geben und am besten mit der Küchenmaschine oder dem Handrührgerät 5-10 Minuten kräftig durchkneten. Das Ganze sollte einen weichen und geschmeidigen Teig ergeben.
Den Teig zu einer Kugel formen, etwas bemehlen und in der Schüssel abgedeckt mit einem Handtuch an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen.
Dann den Teig auf die Arbeitsplatte geben und mit leicht bemehlten Händen kräftig durchkneten. Im Anschluss in die gewünschte Form mit der Hand abdrehen (ca. 80 g pro Bun).
Die Teiglinge auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, die Sojasahne mit dem Wasser verquirlen und die Teiglinge damit bestreichen.
Nach Belieben Sesamkörner darüber streuen und alles nochmals mit einem Handtuch bedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen.
Im Backofen bei ca. 200 °C Ober- und Unterhitze ohne Vorheizen ca. 15 Minuten backen (je nach gewünschtem Bräunungsgrad). Dabei beachten: Die genaue Backzeit hängt sehr stark vom Ofen ab, daher regelmäßig kontrollieren.

2. Zubereitung Belag

Den Babyspinat waschen, Thymian fein und Zwiebel in Scheiben schneiden.
Kirschtomaten der Länge nach aufschneiden und mit dem Thymian abschmecken.
Margarine in einer Edelstahlpfanne leicht erhitzen und die Zwiebelstreifen anbraten.
Anschließend mit Rohrzucker karamellisieren und mit einer Prise Salz und Pfeffer abschmecken.
Die Ananas filetieren und in einer Pfanne mit wenig Margarine rösten.

3. Zubereitung BBQ-Sauce

Für die BBQ-Sauce die Kirschen mit Agavendicksaft, Kirschsaft, Limettensaft und der geraspelten Limettenschale, Worcestersauce sowie den restlichen Gewürzen ½ Stunde auf mittlerer Hitze einkochen, dann pürieren.
Die Zartbitterschokolade hinzugeben und unterrühren. Mit Chili abschmecken.

4. Zubereitung Burger Patties

Die Burger Patties in einer Pfanne mit Rapsöl goldgelb braten.
Anschließend bei 160 °C ca. 8 Minuten gar ziehen lassen.

ENTDECKE WEITERE REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE