



Big MAG(GI)-Salat für Burger-Fans

Zutaten

- 300 g Gewürzgurken
- 50 g Zwiebeln
- 2 EL Gurkenwasser
- 300 g THOMY Delikatess Mayonnaise, 100 ml Tube
- 6 EL THOMY Ketchup
- 3 EL THOMY Delikatess-Senf mittelscharf
- 1 TL Honig
- etwas Zitronensaft
- 1 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 500 g Rinderhackfleisch
- 4 Hamburger Brötchen
- 200 g Eisbergsalat
- 6 Slightly leveled tablespoons Chester Scheiblettenkäse
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Gewürzgurken abgießen und die Flüssigkeit auffangen. Die Hälfte der Gewürzgurken und Zwiebel mit dem Blitzhacker zerkleinern. Mit Gurkenwasser, THOMY Delikatess-Mayonnaise, THOMY Ketchup, THOMY Delikatess-Senf und Honig sowie Zitronensaft zu einem Dressing verrühren.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Rinderhackfleisch darin krümelig anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Hamburger-Brötchen auf dem Toaster rösten. Brötchen aufschneiden. Die Unterteile der Brötchen in Würfel schneiden.
4. Eisbergsalat putzen, waschen und in Streifen schneiden. Restliche Gewürzgurken in Scheiben schneiden. Chester Scheiblettenkäse auspacken.
5. In einer großen Glasschüssel die Zutaten wie folgt einschichten: Hälfte der Brötchenwürfel, Hälfte des Eisbergsalats, Hälfte der Sauce, Hälfte des Hackfleischs, Käse. Nun folgen die andere Hälfte der Brötchenwürfel, die andere Hälfte des Eisbergsalats, die restliche Sauce, die Gurkenscheiben und darauf das restliche Hackfleisch. Brötchendeckel auf den Salat setzen und mindestens 30 Min. abgedeckt durchziehen lassen.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	27 g
Energie	750 kcal
Fett	59 g
Protein	26 g

🕒 26 Minuten

⊕ 6 Portionen