



# Geflügelburger mit Ziegenkäse

Zeit gesamt  
30min

Zubereitungszeit  
30min

Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

|                     |       |
|---------------------|-------|
| Frühlingszwiebeln   | 2 St. |
| Oliven, grün        | 30 g  |
| Ziegenfrischkäse    | 150 g |
| Salz                |       |
| Pfeffer, schwarz    |       |
| Paprika, rot        | 2 St. |
| Salat-Mix           | 100 g |
| Putenbrustschnitzel | 600 g |
| Olivenöl            | 2 EL  |
| Hamburgerbrötchen   | 4 St. |

## Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne, Sieb

1. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln, Wurzelenden entfernen und in feine Ringe schneiden. Oliven abtropfen und fein hacken. In einer Schüssel Ziegenfrischkäse, Oliven und Frühlingszwiebeln verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Paprikas waschen, Strunk und Kerngehäuse entfernen und in dünne Streifen schneiden. Salatblätter waschen. Putenbrustschnitzel waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.
3. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und Schnitzel ca. 2–3 Min. braten. Paprikastreifen zugeben und weitere ca. 3 Min. anbraten.
4. Inzwischen Brötchen halbieren und im Toaster kurz rösten. Mit der Ziegenkäsecreme bestreichen. Pute, Paprika und Salat auf den Brötchenunterseiten verteilen, Oberseiten daraufklappen und servieren.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

|                |          |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 515 kcal |
| Kohlenhydrate  | 35 g     |
| Eiweiß         | 51 g     |
| Ballaststoffe  | 5 g      |
| Fette          | 19 g     |