



Veganer Burger-Schichtsalat

Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Hamburgerbrötchen	6 St.
Gewürzgurken	8 St.
Gemüsezwiebeln	1 St.
Eisbergsalat	1 St.
Vemondo veganes Hack	275 g
Vegane Genießerscheiben	8 Scheiben
Sojaghurt	4 EL
Öl	4 EL
Ketchup	2 EL
Senf	1 EL
Salz	
Zucker	
Sesam, weiß	2 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, große Schüssel, mittlere Pfanne, Backblech mit Backpapier, Salatschleuder

1. Ofen auf 200 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Hamburgerbrötchen in ca. 1 cm große Würfel schneiden, auf einem Backblech mit Backpapier verteilen und für ca. 7 Min. goldbraun backen. Gewürzgurken in ein Sieb abgießen, in einer Schüssel Flüssigkeit auffangen.
2. Zwiebel halbieren, schälen und klein würfeln. Eisbergsalat in feine Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. Gewürzgurken in feine Scheiben schneiden. Vemondo Hackfleisch in der Packung mit einer Gabel auflockern. Genießerscheiben in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
3. In einer Schüssel Sojaghurt, 2 EL Öl, Ketchup, Senf und 3 EL Gurkenflüssigkeit vermengen. Mit Salz und Zucker abschmecken und beiseitestellen. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Vemondo Hackfleisch darin ca. 7 Min. rundherum anbraten.
4. In einer großen Glasschüssel geröstete Hamburgerbrötchenwürfel, Sauce, Zwiebel, Hackfleisch, Genießerscheiben, Gewürzgurken und Eisbergsalat nach Belieben schichten und mit Sesam garnieren. Vor dem Servieren mit Salatbesteck vermischen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	594 kcal
Kohlenhydrate	65 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	5 g
Fette	26 g