



Vitello-Tonato-Burger

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🕒 25min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Mini Romana	1 St.
Thunfisch im eigenen Saft	100 g
Sardellenfilets in Olivenöl	10 g
Mayonnaise	150 g
Kapern	2 EL
Pfeffer, schwarz	
Hackfleisch vom Kalb	600 g
Salz	
Öl	1 EL
Hamburgerbrötchen	4 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, hohes Gefäß, große Pfanne, Sieb, Küchenkrepp, Pürierstab

1. Salat waschen und Blätter einzeln abtrennen. Thunfisch abgießen.
2. Sardellen grob hacken. In einer Schüssel Sardellen mit Thunfisch und Mayonnaise vermengen. Nach Belieben mit 1 EL Kapernsud und Pfeffer abschmecken.
3. In einer Schüssel Kalbshackfleisch mit Salz und Pfeffer verkneten. Aus der Masse 4 Patties formen.
4. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen. Burger-Patties darin ca. 5 Min. rundherum anbraten. Auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Hamburgerbrötchen halbieren und in der Pfanne auf der Schnittfläche ca. 2 Min. goldbraun rösten.
5. Unterseite der Hamburgerbrötchen mit etwas Thunfischmayo bestreichen. Mit Salat belegen und jeweils ein Burgerpattie daraufsetzen. Jeweils 1 EL Thunfischmayo und Kapern auf dem Pattie verteilen und Brötchen zuklappen. Vitello-Tonato-Burger heiß servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	687 kcal
Kohlenhydrate	27 g
Eiweiß	43 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	45 g