



Alle GEFRO-Produkte, die du zum Nachkochen benötigst, kannst du bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu
Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17
E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Pikanter Steakburger

- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 0,5 EL GEFRO Würzmischung Paprika-Chili
- 500 g Rinderhüfte
- 4 Burgerbrötchen
- 100 g Pflücksalat
- 4 Scheiben Cheddar-Käse
- 2 Fleischtomaten
- 1 rote Zwiebel
- 4 Gewürz Gurken
- 2 EL Mayonnaise
- 1 EL mittelscharfen Senf
- 2 EL Ketchup
- 1 EL Limettensaft
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen

Weitere tolle Rezepte findest du unter www.gefro.de

Pikanter Steakburger

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

26,5 g Fett 35,5 g Kohlenhydrate 34,7 g Eiweiß 3,6 g Ballaststoffe
522 kcal Brennwert

1 Fleisch marinieren:

500 g Steakhüfte in 8 gleich dicke Scheiben schneiden.

2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl mit 1/2 EL GEFRO Paprika-Chili Würzmischung verrühren und die Steakscheiben darin marinieren.

Etwa 15-30 Minuten ziehen lassen, damit das Fleisch das Aroma gut aufnimmt.

2 Burgerzutaten vorbereiten:

4 Burgerbrötchen aufschneiden und beiseitelegen.

2 Fleischtomaten in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.

3 Soße anrühren:

2 EL Mayonnaise mit 1 EL Senf und 2 EL Ketchup verrühren.

Mit 1 EL Limettensaft, etwas Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.

1 rote Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln.

4 Gewürzgurken ebenfalls klein würfeln.

Beides unter die Soße mischen und gut verrühren.

4 Fleisch und Brötchen grillen:

Die marinierten Steakscheiben auf dem Grill von jeder Seite etwa 1 Minute kräftig grillen, damit sie außen Röstaromen bekommen und innen saftig bleiben.

Die aufgeschnittenen Burgerbrötchen mit der Schnittseite nach unten kurz auf den Grill legen, bis sie leicht knusprig sind.

5 Burger zusammenbauen:

Die unteren Brötchenhälften mit etwas Soße bestreichen.

Jeweils etwas von den 100 g Pflücksalat darauf verteilen.

Darauf die Tomatenscheiben legen, dann das gegrillte Steak und eine Scheibe Käse daraufsetzen.

Mit der oberen Brötchenhälfte abdecken und leicht andrücken.

6 Servieren:

Die Burger sofort servieren - am besten mit Süßkartoffelpommes oder einem knackigen Beilagensalat.