

# Leckere Burger selbst gemacht – Brioche-Buns und Patties - Fleisch und Vegetarisch

## Bitte vorbereiten: Brioche-Teig:

75ml Milch  
150ml Wasser  
½ Hefewürfel, frisch  
2,5EL Zucker  
2Eier  
220g Bio Weizenmehl Typ1050  
240g Bio Weizenmehl Typ 550  
2TL Salz  
60g weiche Butter

## Zutaten für 2 Personen:

200g Rinderhackfleisch  
200g Adzukibohnen gekocht  
*(alternativ Kidneybohnen fertig aus der Dose)*  
2-3 kleine Zwiebeln  
1 Knoblauchzehe  
noch 2 Eier  
1 reifer Weinbergpfirsich  
2 Essiggurken  
2 mittlere Tomaten  
4 Blätter Salat  
Dijonsenf (oder normaler Senf)  
70g (10g + 60g) Semmelbrösel  
Bratöl  
Ketchup  
Mayonaise  
1 Käsescheibe (optional)  
Salz, Pfeffer, Thymian, Rosmarin  
etwas Petersilie frisch (optional)

## Benötigte Utensilien:

4 Holz-Sticks  
Schneidebrett  
Messer  
Pürrierstab  
2 Schüsseln  
Steak- oder Bratpfanne  
Backblech  
Backpapier  
Pfannenwender, Löffel

Egal ob für die Party oder einfach mal so zwischendurch. Ein leckerer, und selbst hergestellter Burger, schmeckt großartig und ist obendrein absolut gesund. Allein schon das selbst gebackene Brioche-Brötchen ist geschmacklich der absolute Traum. Gemeinsam mit den Teilnehmer\*innen werden wir die Brioche-Brötchen-Buns frisch backen und dazu 2 Varianten Burgerpatties (Fleisch und Vegetarisch) zubereiten. Anschließend verkosten wir unsere Kreationen natürlich gemeinsam vor dem Bildschirm.

## Rezeptvorbereitung gerne schon am Vorabend:

- 100g Adzukibohnen (OHNE SALZ!!! in reichlich Wasser, 1Stunde köcheln und danach im eigenen Sud über Nacht kalt werden lassen)
- für Burger-Buns: Spätestens 2Std. vor Start:

Handwarme Milch/Wasser + 2 flache TL Salz + 2,5 EL Zucker + ½ Hefewürfel auflösen. Mehl mischen, Eier, Butter und Hefemischung dazu. Alles 10Min. kneten. Mindestens 1,5 bis 2 Stunden in großer Schüssel abgedeckt ruhen lassen. *(oder bei Zubereitung am Vorabend mit Deckel drauf in Kühlschrank) und 1 Stunde vorher wieder rausnehmen.*

Das komplette Rezept erhalten Sie in unserem Onlinekochkurs. Kochen Sie gemeinsam mit Teilnehmer\*innen aus ganz Deutschland und kommen Sie mit auf eine virtuelle kulinarische Reise. Denn hier heißt es:  
Zusammen isst man weniger allein.

Eine Anmeldung gilt für die ganze Familie.  
Ihre Reiseleiterin an diesem Abend ist Sabine Torres Prado aus der vhs Landkreis Konstanz.  
Donnerstag, 17.11.22 von 18:00 Uhr bis ca.19:30 Uhr  
Technik-Check und Kennenlernen ab 17:30 Uhr  
Kosten: 15 EUR