

Grillrezepte

Gegrillter Gemüseburger

Anzahl: 2 Portionen

Gattung: BBQ, Gemüse, Hauptspeise, Sonstiges, Grill, Vegetarisch

100 g	Karotte	1	geh. TL Currypulver
100 g	Kohlrabi		etwas Orangensaft
100 g	Paprika	4	Vollkornbrötchen
100 g	Lauch	1	Zucchini, in Scheiben
1	Zwiebel, fein geschnitten		- geschnitten
200 ml	Gemüsebrühe	1	Tomate, in Scheiben
80 g	Mais- oder Weizengriess		- geschnitten
2	Eier	4	Champignons, in Scheiben
50 g	frische Kräuter, fein		- geschnitten
	- geschnitten		Butter
100 g	Semmelbrösel		Salz, Pfeffer
100 g	Mayonnaise		Muskatnuss
1	Essl. Senf		Sonnenblumenöl

Je 100 g Karotte, Kohlrabi, Paprika und Lauch in ganz feine Würfelchen schneiden. In einem Topf die Butter erhitzen, darin die Zwiebel- und die Gemüsewürfel anschwitzen und mit der Gemüsebrühe auffüllen. Wenn diese kocht, den Maisgrieß zugeben und rühren, bis sich die Masse vom Boden löst. Den Topf vom Herd ziehen, die Eier und die Kräuter unter die heiße Masse mischen. Dann Semmelbrösel zugeben und zu einer festen "Burgermasse" mischen. Diese mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Aus der Masse Gemüseburger formen und diese mit Pflanzenöl bestreichen. Die Burger auf den Grill geben und von beiden Seiten knusprig grillen.

Für den Dip die Mayonnaise, den Senf und das Currypulver vermischen. Mit dem Orangensaft den Dip verdünnen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Brötchen halbieren und kurz auf dem Grill toasten. Den Burger nach Belieben mit frischen oder gegrillten Gemüsescheiben garnieren, mit dem Dip bestreichen und zusammensetzen. Die Gemüseburger können auch mit dem Dip und den Garnituren auf einem Teller angerichtet werden.