



#### UNSER TIPP:

Besonders gut passen die Pflanzlerl auf eine Laugensemmel mit Meerrettich-Mayonnaise (vegan), Rucola und roh mariniertem Blaukraut.

Wer gerne Fleisch mag, kann etwas Speck in die Pflanzlerlmasse geben und nach Belieben 2 Eigelb untermengen. Geschmacklich interessanter werden die Pflanzlerl mit ein wenig Meerrettich

## FRÄNKISCHER GRÜNKERN G.U.

### Burger (vegan)



#### ZUTATEN:

100 g Fränkischer Grünkern g.U.,  
gekocht  
50 g Linsen, gekocht  
100 g Kartoffeln, mehlig, gekocht und  
geschält  
2 EL Rapsöl  
1 Zwiebel, fein gewürfelt  
Knoblauch  
1 EL Tomatenmark  
20 g Haferflocken  
2 cl Weißwein  
Salz, Pfeffer, Paprikapulver  
Frischer Majoran  
1 TL Senf, mittelscharf

#### ZUBEREITUNG:

In einer Pfanne die Zwiebel und den Knoblauch in Öl glasig dünsten, Tomatenmark zugeben und kurz anbraten. Haferflocken ebenfalls kurz mitrösten und mit Weißwein ablöschen und würzen.

Alle restlichen Zutaten zugeben und einmal vermengen. Nun die Masse durch den Fleischwolf drehen oder alternativ in einem Mixer vorsichtig grob zerkleinern. Die Kartoffeln sollten der Masse genügend Bindung verleihen.

Die Masse zu Burger-Patties formen und in einer beschichteten Pfanne bei mäßiger Hitze langsam braten.



#### AUTOR GIUSEPPE MESSINA:

Der Koch, der für seine ungewöhnlichen Texturen bekannt ist und dabei vermeintlich einfache Produkte in ganz besondere Stars auf dem Teller verwandelt. Seine Gäste lieben vor allem seine kulinarische Weltreise.

*„Erlaubt ist alles was gefällt und schmeckt. Nichts muss, alles kann. Die Form kennt keine Grenzen.“*

#giuseppemessina #giuseppe4437 #bayertruck