



Zutaten:

150 g Tofu
 30 g Dinkelvollkornmehl
 4 Kartoffeln, festkochend
 2 Zwiebel(n), rot
 2 Tomate(n)
 1 Frühlingszwiebel(n)
 1 gelbe Paprika
 1 grüne Paprika
 1 veganes Burgerbrötchen
 1/2 Gurke(n)
 Eichblattsalat
 Feldsalat
 Zuckerschote(n)
 Agavendicksaft
 Olivenöl
 Senf, mittelscharf
 Pfeffer
 Salz



Rösle Schüssel (hoch)



Küchenprofi Grillpfanne hoch aus Gusseisen in schwarz



Skeppshult Bratpfanne mit Edelstahlgriff



GEFU Gourmet-Hobel Violino



GEFU Hamburgerpresse Stark



GEFU Stifte-Schneider CUTTO



AdHoc Doppelmühle Duomill für Pfeffer und Salz in Holz

1

Die Paprikaschoten, eine rote Zwiebel und den Tofu mit einem Gemüsemesser in kleine Würfel schneiden, fein geschnittene Frühlingszwiebel und Dinkel-Vollkornmehl dazugeben, in einer Rührschüssel vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen.

2

Für die Soße den Agavendicksaft und Senf vermengen, salzen und pfeffern. Den Ofen auf 170 °C Umluft vorheizen.

3

Gewaschene Tomate und Gurke und geschälte Zwiebel mit einem Gemüsehobel in Scheiben schneiden. Die Zuckerschoten in Salzwasser in einem Kochtopf kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken.

4

Die Kartoffeln waschen, mit Schale in einem Gemüse- & Stifteschneider in 12 x 12 mm starke Stifte schneiden, mit etwas Öl auf dem Backblech im Ofen ca. 20 Minuten bei 170 °C gold-braun backen, salzen.

5

Die Tofumasse mit einer Burgerpresse zu Burgern formen, die der Größe des Brötchens entsprechen, und in einer Bratpfanne in etwas Öl gold-braun braten.

6

Alle Zutaten zu einem Burger schichten, zwischen jede Schicht etwas der Senfsoße geben und mit den Kartoffelspalten auf einem Teller servieren.