



# Gartenmahlzeit Rezepte

## Zutaten für 4 Personen:

- 4 Stück Gartenburger-Pads „Bunter Herbst“\*
- 1 Handvoll saisonal, regionaler Salat
- 2-3 Stück Gewürzgurken
- ½ Stück Bio Zwiebel Wassergut Kanitz (roh)\*
- 4 Stück vegane Burgerbuns Bäckerei Eßrich\*
- 4-6 EL veganes Zwiebel-Chutney (Geheimtipp)
- 250 ml vegane Sahne (Hafercuisine)
- 125 Gramm Senf Mittelscharf

## Zutaten Zwiebel-Chutney (für 4-5 mittelgroße Burger):

- 150 - 200 g Bio Zwiebeln Wassergut Kanitz (roh)\*
- 20 g brauner Zucker
- 20 ml Apfelessig oder Balsamico
- 5 cl Rotwein
- 10 g Korinten oder Rosinen
- ¼ EL Senfsaat
- 2-3 EL Pflanzenöl
- Salz und Pfeffer

**\* bei uns im Hofladen erhältlich**  
(Gemüse immer bei uns saisonal erhältlich)

# 01

## Pflanzlicher Gartenmahlzeitburger mit hauseigenem Zwiebel-Chutney

### Zubereitung:

Für die vegane Burgersauce nehmen wir ein Verhältnis von 2:1. Zwei Teile vegane Sahne und ein Teil Senf mittelscharf. Diese zwei Zutaten miteinander verrühren und abschmecken (Salz, Pfeffer, Chili, Paprika oder was Euch schmeckt) – fertig! Die Menge sollte von Euch selbst, je nach Belieben, bestimmt werden.

Die pflanzlichen Gartenburger-Pads aus dem Tiefkühler nehmen und ohne Auftauen mit etwas Pflanzenöl (wir empfehlen Rapsöl) für mindestens 10 Minuten unter regelmäßigem Wenden in einer beschichteten Pfanne anbraten. Zwiebel und Gewürzgurken in dünne Scheibchen schneiden. Saisonalen Salat waschen und trocken schütteln/schleudern. Brötchen aufschneiden und mit gewünschter Menge Sauce bestreichen, 1-2 EL Zwiebel-Chutney zugeben. Brötchen mit Salat, Gartenburger-Pads, Gewürzgurken und frischen Zwiebeln belegen.

Für unser unvergleichliches Zwiebel-Chutney (vegan) empfehlen wir folgende Zubereitung:

In einer Pfanne Zucker in Pflanzenöl karamellisieren lassen, dann mit Essig und Rotwein ablöschen. Zwiebeln in Streifen schneiden, dazugeben und köcheln lassen. Solange bis sie weich sind und die Flüssigkeit verkocht ist und somit eine sämige Konsistenz da ist. Rosinen/Korinten und Senfsaat hinzugeben und nochmal kurz einkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer nach Belieben abschmecken.

**Guten Appetit!**



Gartenmahlzeit