



COUSCOUS-BURGER MIT WURZELGEMÜSE UND CAMELISIERTEN ZWIEBELN

REZEPT FÜR 4 BIS 6 BRATLINGE

ZUBEREITUNG

Karotte und Randen schälen und mit einer Röstireibe raffeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Lauch längs halbieren und in feine Streifen schneiden.

Stark gewürzte Gemüsebouillon und Weisswein zusammen aufkochen und auf insgesamt 350 ml reduzieren. Währenddessen 2 EL Olivenöl mit dem rohen Couscous mischen und anschliessend der heissen Flüssigkeit begeben und 10 Minuten quellen lassen. Das Öl bewirkt, dass der Couscous nach dem Quellen nicht in Klumpen verklebt. Couscous nun mit einer Gabel auflockern, geschnittenes und geraffeltes Gemüse, Kräuter, Eier und Paniermehl begeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zu 4 bis 6 Burgern formen und in einer Bratpfanne mit Olivenöl auf beiden Seiten goldgelb braten.

Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden – dies funktioniert auch hervorragend mit einer Mandoline. Butter in einer Pfanne bei moderater Hitze schmelzen und Zucker begeben. Zwiebeln begeben und langsam braun werden lassen. Dabei immer wieder rühren.

Nach ca. 10 bis 15 Minuten Weisswein und Honig begeben und vollständig reduzieren, bis die Flüssigkeit weg ist und die Zwiebeln rundum glänzen. Auf die Couscous-Bratlinge verteilen und geniessen.

EINKAUFLISTE:

ZUTATEN BRATLINGE

- 60 G RANDEN
- 60 G KAROTTE
- 60 G LAUCH, WEISS
- 1 ZWIEBEL
- 2 KNOBLAUCHZEHEN
- 10 G SCHNITTLAUCH
- 350 ML GEMÜSEBOUILLON
- 150 ML WEISSWEIN, TROCKEN
- 2 EIER
- 2 EL PANIERMEHL
- 2 EL OLIVENÖL
- 250 G COUSCOUS

ZUTATEN ZWIEBELN

- 600 G ZWIEBELN
- 1 EL ZUCKER
- ½ TL HONIG
- 60 G BUTTER
- 100 ML WEISSWEIN, TROCKEN
- SALZ

POWERED BY:

