

USA

# The Hamburger

*von Thomas* EINFACH

| ZUBEREITUNG | KOCHEN | KALORIEN PRO PORTION | PORTIONEN |
|---|---|---|---|
| 15 min | 10 min | 355 kcal | 6 |

## Zutaten

FÜR 6 PORTIONEN

| | |
|---|---|
| 600 g | Hackfleisch (Rind) |
| 1½ St. | Zwiebel |
| 3 St. | Knoblauchzehe |
| 1½ St. | Ei |
| 3 EL | Mehl |
| 3 EL | Paniermehl |
| 1½ St. | Semmel |
| 150 ml | Milch (2.5% Fett) |
| 3 TL | Salz |
| 1½ TL | Thymian |
| 1½ TL | Majoran |
| 1½ Prise | Pfeffer |
| 1½ EL | Schnittlauch |
| 1½ EL | Petersilie |
| 1½ TL | Sambal Oelek |

## Anleitung

1. Semmel in Milch einweichen und danach ausdrücken.
2. Zwiebel fein hacken.
3. Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch, eingeweichte Semmel, Ei, Mehl, Paniermehl und die Gewürze in eine gemeinsame Schüssel geben und zu einem Teig kneten.
4. Den Fleischteig in gleichgrosse Portionen teilen, in Hamburger formen und in Paniermehl wenden. Das Fleisch nun mit wenig Öl in der heissen Pfanne anbraten.
5. Nach belieben weiterverarbeiten...

> **Tipp** · Kann wunderbar mit der Hamburger Special Sauce verfeinert werden.