

Arthurs Kürbisburger mit Rote-Beete-Hummus

Für 2 Portionen

Zutaten Rote-Beete-Hummus

200 g vorgekochte
Kichererbsen
1 Rote Bete (gekocht,
vakuumiert)
1 Knoblauchzehe
eine Handvoll frischer Thymian
½ Bund glatte Petersilie
2 EL Olivenöl
2 EL Sesampaste
Saft ½ Zitrone
1 TL Paprika Edelsüß
1 TL Kreuzkümmel
Salz & Pfeffer

Zutaten Burger-Soße

½ Limette (Saft)
etwas frischer Koriander
1 Becher Crème fraîche
Salz & Pfeffer

Zutaten Patties

200-250 g Hokkaidokürbis
150 ml Gemüsefond
200 g vorgekochte
Kichererbsen
1 kleine rote Zwiebel
10 g Ingwer
1 Knoblauchzehe
1 TL Rapsöl
1 TL Kurkuma gemahlen
1 TL Kreuzkümmel
20 g Kichererbsenmehl
3-4 EL Paniermehl
Salz & Pfeffer

Außerdem für den Belag

100 g Feldsalat
40 g Walnusskerne
200 g Ziegenkäse
2 Burger Buns

Zubereitung Rote-Beete-Hummus

Kichererbsen absieben, mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Rote Bete in grobe Stücke schneiden, Knoblauch schälen, Zitrone halbieren und auspressen. Alles pürieren. Thymianblätter und Petersilie abzupfen, beides klein hacken. Sesampaste, Olivenöl, Kräuter und Gewürze zum Hummus geben. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zubereitung Burger-Soße

Limette halbieren und Saft auspressen, Koriander hacken, beides zusammen mit der Crème fraîche vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Belag vorbereiten

Feldsalat waschen, Walnusskerne hacken, Ziegenkäse zerkleinern und alles beiseitestellen.

Zubereitung Patties & Burger

Als erstes den Kürbis halbieren, entkernen und in grobe Würfel schneiden. Anschließend in dem Gemüsefond weichkochen. Kichererbsen kurz bevor der Kürbis gar ist, dazu geben und kurz mitkochen. Anschließend pürieren und bei Seite stellen. Nun die Zwiebel, Ingwer und Knoblauch schälen, in kleine Würfel schneiden und in Rapsöl leicht anbraten. Mit Kurkuma und Kreuzkümmel würzen und zum Schluss mit dem Kichererbsenmehl bestäuben. Kurz mit braten und das Ganze nun in das Kürbispüree geben. Mit Salz und Pfeffer würzen, das Paniermehl dazu geben und sobald das ganze kalt ist, zu Burger Patties formen. In etwas Rapsöl braten und wer mag, nebenbei die Burger Buns im Ofen rösten. Alles zusammen anrichten.

Guten Appetit!