



Rote-Bete-Burger

Rezept von Brigitte Bäuerlein

Zutaten

250 g Rote Bete (frisch)
1 kleine rote Zwiebel
1 Knoblauchzehe
Frischer Thymian
50 g Walnüsse
50 g grobe Haferflocken
1 Ei
50 g Schafskäse
Salz und Chilipulver
1 EL Sojasauce

Zubereitung

Die Rote Bete schälen und fein raspeln. Die Zwiebeln fein würfeln, den Knoblauch durch die Presse drücken. Den frischen Thymian reiben (die Menge sollte etwa einen Teelöffel ergeben). Die Walnüsse grob hacken.

Alle Zutaten miteinander vermengen, zum Schluss den Schafskäse mit den Fingern zerkrümeln und untermischen. Mit Salz, Chili und Sojasauce abschmecken. Mit nassen Händen zu Patties formen und in Pflanzenöl braun braten. Mit einer Garnitur nach Belieben servieren.

Brigittes Tipp: Wer keine frische Rote Bete bekommt, kann auch zu der vorgegarten Variante greifen. Für eine bessere Bindung sollten dann aber etwa zwei Esslöffel Mehl der Masse hinzugefügt werden.