



Cheese-Burger mit Hühnchen-Patty

Zutaten für 4 Burger

- 200 g Bio-Hühnchen
- 1 Ei
- 100 g Paniermehl
- 1 TL Senf
- 100 g Mehl
- Rapsöl zum Anbraten
- 4 Blätter Salat
- 4 Scheiben Käse
- Gewürzgurken-scheiben
- 2 große Tomaten
- 4 Vollkorn-Buns
- Krautsalat
- 150 g Naturjoghurt
- 1 EL Honig
- Knoblauch-, Curry-, Paprikapulver

Zubereitung

- Für die Pattys das Hühnchen in 4 flache Stücke zerschneiden. Für die Panierstraße einen flachen Teller mit Mehl, einem verquirlten Ei und den letzten mit Paniermehl vorbereiten. Anschließend in dieser Reihenfolge die Hühnchenstücke durch die Panierstraße ziehen, sodass sie vollständig mit den Zutaten bedeckt sind.
- Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen. In der heißen Pfanne oder auf einem Grill die Pattys von beiden Seiten bei mittlerer Hitze goldbraun braten. In der letzten Minute eine Käsescheibe auf das Patty legen, den Deckel schließen und braten, bis der Käse geschmolzen ist.
- Für die Sauce den Joghurt, Senf, Honig sowie die Gewürze mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Restliches Gemüse abwaschen und die Tomaten in Scheiben schneiden.
- Die Buns mit der Sauce bestreichen, mit Tomaten, Patty, Salat und Krautsalat belegen und genießen.

Die Sauce lässt sich ideal einen Tag vorher zubereiten.