



Yannik Effe

Rote-Linsen-Burger mit Wasabi-Mayonnaise, Mango-Chutney, Petersilien-Salat und Süßkartoffel-Chips

Zutaten für zwei Personen

Für den Bratling: Den Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen. Gemüsebrühe aufkochen, Lorbeerblatt hinzugeben und Linsen darin 10 Minuten köcheln lassen.
 100 g rote Linsen
 1 kleine Kartoffel
 80 g Haferflocken
 2 Möhren
 2 Zwiebeln
 1 Ei
 150 g Naturjoghurt
 1 EL Schmand
 300 ml Gemüsebrühe
 2 Zweige Schnittlauch
 ¼ Zweig Koriander
 1 TL Kreuzkümmel
 1 Lorbeerblatt
 30 g Mehl

Für das Burger-Brot Mehl, Backpulver und Zucker verrühren und Ei und Quark dazugeben, bis ein Teig entsteht. Daraus etwa vier gleich große Kugeln formen und diese mit Sesam bestreuen. Kugeln in den Ofen geben und 20 Minuten backen.
 2 EL Sesamkörner
 1 Ei
 250 g Speisequark
 1 Päckchen Backpulver
 50 g Zucker
 300 g Mehl

Für die Wasabi-Mayonnaise: Ei mit langsamen Zuführen von Öl mit einem Pürierstab zur Mayonnaise emulgieren lassen und mit Wasabipaste abschmecken.
 1 Ei
 1 EL Wasabipaste

Für das Mango-Chutney: Mango halbieren, Fruchtfleisch rausschneiden und in Würfel schneiden. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein hacken. Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Limette waschen und 1 EL Schale abreiben. Mango-Würfel zusammen mit Chili, Orangensaft, Limettenabrieb und etwas Wasser leicht köcheln lassen.
 1 süße reife (Flug)Mango
 1 rote Chilischote
 1 Orange
 1 Limette

Für die Süßkartoffel-Chips: Süßkartoffel schälen und mit einem Sparschäler dünne Scheiben abschneiden und diese in die Fritteuse geben. Nach ein paar Minuten auf dem Küchenkrepp abtropfen lassen. Chips in eine Papiertüte geben und mit dem rotem Currypulver gut schütteln.
 1 kleine Süßkartoffel
 2 EL rotes Currypulver
 1 L Erdnussöl, zum Frittieren



Wenn man Süßkartoffeln zu lange in der Fritteuse lässt, werden sie bitter. Außerdem sollte man sie sofort würzen, sobald sie aus der Fritteuse kommen.

Für den Petersilien-Salat: Petersilie und Koriander abbrausen, trockenwedeln und grob hacken.
8 Tomaten Tomaten waschen und vierteln. Limette halbieren, auspressen und Saft
1 Bund Petersilie auffangen. Tomaten und Petersilie vermengen und mit Salz und
1 Limette Limettensaft abschmecken.
¼ Zweig Koriander
Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur: Brötchen aufschneiden und mit der halben Wasabi-Mayonnaise, dem
Linsen-Bratling, dem halben Petersilien-Salat und dem halben Mango-
Chutney belegen. Restlichen Petersilien-Salat, Mayonnaise und Chutney
auf dem Teller platzieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.