



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, können Sie bequem im Shop bestellen.

GEFRO GmbH & Co. KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Pikanter Steakburger

- 2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl
- 0,5 EL GEFRO Würzmischung Paprika-Chili
- 500 g Rinderhüfte
- 4 Burgerbrötchen
- 2 Fleischtomaten
- 2 EL Mayonnaise
- 1 EL mittelscharfen Senf
- 2 EL Ketchup
- 1 EL Limettensaft
- Salz
- Pfeffer, frisch gemahlen
- 1 rote Zwiebel
- 4 Gewürzgurken
- 100 g Pflücksalat
- 4 Scheiben Cheddar-Käse

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Pikanter Steakburger

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 35 Minuten

Nährwerte pro Portion:

26,5 g Fett	35,5 g Kohlenhydrate	34,7 g Eiweiß	3,6 g Ballaststoffe	522
kcal Brennwert				

Pikanter Steakburger

1. Fleisch marinieren:

500 g Steakhüfte in 8 gleich dicke Scheiben schneiden.
2 EL GEFRO Brat- & Frittieröl mit 1/2 EL GEFRO Paprika-Chili Würzmischung verrühren und die Steakscheiben darin marinieren.
Etwa 15–30 Minuten ziehen lassen, damit das Fleisch das Aroma gut aufnimmt.

2. Burgerzutaten vorbereiten:

4 Burgerbrötchen aufschneiden und beiseitelegen.
2 Fleischtomaten in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.

3. Soße anrühren:

2 EL Mayonnaise mit 1 EL Senf und 2 EL Ketchup verrühren.
Mit 1 EL Limettensaft, etwas Salz und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken.
1 rote Zwiebel schälen, halbieren und fein würfeln.
4 Gewürzgurken ebenfalls klein würfeln.
Beides unter die Soße mischen und gut verrühren.

4. Fleisch und Brötchen grillen:

Die marinierten Steakscheiben auf dem Grill von jeder Seite etwa 1 Minute kräftig grillen, damit sie außen Röstaromen bekommen und innen saftig bleiben.
Die aufgeschnittenen Burgerbrötchen mit der Schnittseite nach unten kurz auf den Grill legen, bis sie leicht knusprig sind.

5. Burger zusammenbauen:

Die unteren Brötchenhälften mit etwas Soße bestreichen.
Jeweils etwas von den 100 g Pflücksalat darauf verteilen.
Darauf die Tomatenscheiben legen, dann das gegrillte Steak und eine Scheibe Käse daraufsetzen.
Mit der oberen Brötchenhälfte abdecken und leicht andrücken.

6. Servieren:

Die Burger sofort servieren – am besten mit Süßkartoffelpommes oder einem knackigen Beilagensalat.