

RAMEN-BURGER MIT WASABIMAYONNAISE



ZUTATEN (für 4 Burger)

FÜR DIE BURGER-BUNS

- 240 g japanische Ramen-Nudeln
- 2 Eier
- Salz und Pfeffer
- Sesamöl zum Braten (oder ein anderes Öl, z. B. Rapsöl)
- Nach Belieben etwas Sojasoße zum Würzen

FÜR DIE WASABI-MAYONNAISE

- 2–4 TL Wasabi-Paste (je nach Geschmack und Schärfe der Paste)
- 2–4 TL Limettensaft
- 160 g Mayonnaise

FÜR DEN BELAG

- 2 Tomaten
- 4 Blätter Eisbergsalat

FÜR DIE RINDFLEISCHBULETTEN

- 400 g Rinderhack
- 1 Ei
- 1 TL Salz
- 1 gestrichener TL Pfeffer
- neutrales Pflanzenöl zum Braten (z. B. Rapsöl)

NÄHRWERTE

PRO 100 GRAMM

- 280 kcal
- 11 g Eiweiß
- 19 g Fett
- 18 g Kohlenhydrate

Zeitaufwand: 1 Stunde 30 Minuten

ZUBEREITUNG

1. Die Ramen-Nudeln nach Packungsanleitung kochen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. In einer Schüssel die Eier mit Salz und Pfeffer verquirlen und die Nudeln untermischen.
2. Die Wasabipaste in einer kleinen Schüssel mit dem Limettensaft verrühren und dann mit einem Schneebesen unter die Mayonnaise ziehen.
3. Für die Buletten das Hackfleisch in eine Schüssel geben, Ei, Salz und Pfeffer zugeben und alles gut miteinander verkneten. Aus der Masse 4 Patties (ca. 2 cm dick) formen. Bis zum Braten in den Kühlschrank stellen.
4. Für den Belag die Tomaten waschen, den Stielansatz entfernen und in Scheiben schneiden. Die Salatblätter waschen, gut trocken schütteln und halbieren.
5. Nun die Ramen-Burger-Buns braten. Dazu zwei Dessertringe (ca. 10 cm Durchmesser) mit dem Öl einfetten. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Dessertringe in die Pfanne stellen und je ca. 1/8 der Nudel-Ei-Masse hineingeben und leicht andrücken. Bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten braten. Dann den Dessertring entfernen, die Bunhälften wenden und nochmal etwa 5 Minuten braten. Die restliche Nudel-Ei-Masse ebenso verarbeiten. Die fertig gebratenen Ramen-Burger-Buns nach Belieben mit etwas Sojasoße würzen und im Ofen bei 100 Grad warmhalten.
6. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Rindfleisch-Patties darin von jeder Seite scharf anbraten und anschließend auf beiden Seiten bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
7. Je einen Ramen-Burger-Bun auf einem Teller anrichten und mit einem Eisbergsalat-Blatt belegen, darauf 1 EL Wasabi-Mayonnaise verteilen. Ein Rindfleisch-Pattie darauf legen, mit zwei Tomatenscheiben belegen und 1 EL Mayonnaise auf die Tomatenscheiben geben. Einen zweiten Ramen-Burger-Bun auflegen. Für die Stabilität ggf. einen Schaschlikspieß in den Burger stecken.



REISER RÄT

Mayonnaise selbst machen:

1 frisches Eigelb mit 1 TL mittelscharfem Senf, 2 Prisen Salz und einem Spritzer Limettensaft in ein hohes Rührgefäß geben. Mit einem Stabmixer vermischen. Nun 125 ml Rapsöl erst tröpfchenweise, dann in einem dünnen Strahl dazugeben bis sie Mayonnaise steif gerührt ist. Bis zur Verwendung kalt stellen.

