

Hamburger

Zutaten :

600 g Hackfleisch
50 g Haferflocken
1 Ei
3 EL Ketchup
2 EL Milch
1 EL Senf
Salz und Pfeffer
1 TL Oregano
2 EL Öl
4 Hamburger-Brötchen
Butter
1 Zwiebel (optional)
2 Tomaten
Einige Salatblätter



Für 4 Personen



Vorbereitung :

- 1- Hackfleisch mit Haferflocken, Ketchup, Milch, Senf und Ei zu einem Teig mischen.
Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.
- 2- 4 Kugeln aus dem Teig Formen.
- 3- Kugel ein bisschen drücken und in einer Pfanne mit etwas Öl auf beide Seite braten. (Käse auf eine gebratene Seite legen.)
- 4- Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Und in der Pfanne braten.
Salat und Tomaten waschen. Und Tomaten ebenfalls in Ringe schneiden.
- 5- Brötchen halbieren und mit Butter streichen. Und im Grill kurz anrösten.
- 6- Fleisch, Zwiebeln, Tomaten und Salatblätter zwischen 2 Brötchenhälften legen.

GUTEN APPETIT !