



# Champidelle - Burger

Vegetarisch, würzig, saftig - ein Burger - Patty mal anders

## Zutaten

für 4 Portionen:

- 4 Burger Buns
- 1 Fleischtomate
- eine Handvoll Salat, zum Beispiel roter Mangold
  - 1 kleine rote Zwiebel
- 250 g braune Champignons und 50 g Shitake
  - 1 kleinen Bund glatte Petersilie
    - 20 g Sonnenblumenkerne
      - 10 g Haferflocken
      - 30 g Senf
    - 50 g Paniermehl
      - 1 Ei
      - Bratöl
  - Ketchup nach Belieben
  - Messerspitze Backpulver

## Zubereitung:

Die Pilze putzen, fein würfeln und braten, bis sie kein Wasser mehr abgeben, dann in eine Schüssel geben und abkühlen lassen. Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Von der Zwiebel gut die Hälfte in feine Ringe schneiden und abgedeckt im Kühlschrank lagern. Den Rest der Zwiebel in feinste Würfel schneiden, die Sonnenblumenkerne und die Haferflocken fein hacken, die Petersilie waschen, abtrocknen und ebenfalls fein hacken und mit dem Paniermehl und dem Senf zu den Pilzen in die Schüssel geben und alles gut vermischen. Die Prise Backpulver hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und das Ei zur Bindung unterkneten. Nun 4 Frikadellen formen und bei mittlerer Hitze von beiden Seiten jeweils 5-8 Minuten braten. Die Brötchen aufschneiden, mit dem gewaschenen Salat belegen, Ketchup auftragen, die Frikadelle auflegen und mit einer Scheibe Tomate und einigen Zwiebelringen belegen.

Den Deckel aufsetzen, eventuell mit einem Spieß fixieren und servieren.

**Natürlich lecker. Natürlich nachhaltig.**

Die einzigartigen Pilzspezialitäten.

www.rhpz.de | info@rhpz.de  
Milchweg 66 | 47608 Geldern | +49 2831 97432-0

**RPZ**  
Rheinische Pilz-Zentrale