

## Burger

Ob bei Groß oder Klein, Jung oder Alt, ob mittags oder abends - Burger stehen hoch im Kurs. Bereiten Sie ihn doch mal selber zu - der Kreativität ist keine Grenze gesetzt. Ganz im Gegenteil: Experimentieren lohnt sich! Mit wenig Aufwand entsteht ein saftiger Burger ...

### Das richtige Fleisch

Das A und O in jedem Burger ist das Fleisch-Patty. Hier kommt es vor allem auf die Fleischqualität und die richtige Zubereitung an. Kaufen Sie das frische Hackfleisch beim Metzger Ihres Vertrauens, er informiert Sie auch gerne über Haltung und Herkunft des Tieres. Nur so sind Qualität und Frische garantiert. Auch lohnt es sich auf den Fettgehalt zu achten: Bei Hackfleisch, das zu Burger-Pattys verarbeitet wird, sollte der Fettgehalt um die 20% liegen - dann fallen die Fleischscheiben beim Grillen oder Braten nicht auseinander, sie triefen nicht vor Fett, werden herrlich saftig. Verwenden Sie für aromatische Burger-Pattys pures Rinderhackfleisch. Je nach Geschmack, Lust und Laune darf es natürlich aber auch gemischtes Hackfleisch oder Geflügelhackfleisch sein.

### Bitte durchkneten!

Das frische Hackfleisch muss als erstes gut durchgeknetet werden - das geht immer noch am besten mit den Händen - kneten, kneten und nochmals kneten! Nachdem alles gut geknetet ist, geht es ans Formen. Im gut sortierten Supermarkt finden Sie Patty-Formen, auch Hamburger-Pressen genannt. Mit solch einer Form gelingt Ihnen die perfekte Hackfleischscheibe. Dank der gleichmäßigen Dicke des Fleisches lässt sich das Patty optimal braten. Aber auch ohne Fleischpresse bringen Sie das Hackfleisch in Form: Legen Sie z. B. die Pattys zwischen 2 Teller zum Flachdrücken. Pattys sollten ca. 10 cm Ø und eine Höhe von 2 cm haben. Zu dünne Scheiben werden oft trocken, neigen schnell zum Verbrennen, bevor sie innen gar sind. Lassen Sie nach dem Kneten und Formen das Burgerfleisch 1-2 Stunden im Kühlschrank ruhen - so lässt es sich anschließend leichter braten oder grillen. Bevor es ans Braten geht, drücken Sie mit einem Esslöffel vorsichtig eine Mulde ins Fleisch, damit sich die Pattys nicht aufblähen. So bleiben sie schön flach.

### Die richtige Würze

Beim Würzen teilen sich die Meinungen. Wichtig ist, dass es schmeckt. Viele würzen nur mit Salz und Pfeffer, andere probieren viele Gewürze und Kräuter aus. Allerdings sollte der Eigengeschmack der Pattys nicht zu stark beeinträchtigt werden.

### Wenig wenden beim Braten

In einer Pfanne etwas Butterschmalz kräftig erhitzen. Pattys hineinlegen und nur noch 2x berühren: Einmal zum Wenden nach 150 Sekunden und nach weiteren 150 Sekunden, um sie aus der Pfanne zu heben. Pattys auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Übrigens:** Ein klassischer Burger besteht aus dem Brötchen (Bun) und einer gegrillten Scheibe Hackfleisch (Patty). Das Patty kann, muss aber nicht auf verschiedene Weise mit Gemüse, Früchten, Senf, Ketchup und weiteren Zutaten, Saucen oder Gewürzen belegt werden, um den Geschmack des fertigen Burgers abzurunden. Beim Cheeseburger wird auf das heiße Patty noch 1 Scheibe Käse gelegt - sie schmilzt dann in das Grillfleisch hinein.