



FORELLEN- FRIKADELLEN-BURGER

ZUTATEN

Für 2 Portionen:

Für die Frikadellen:

250 g Forellenfilet, geräuchert

2 Eier (Größe M)

1 Bio-Zitrone

1 Zwiebel

2 Stiele Dill

8 EL Paniermehl

Salz

Pfeffer

6 EL Olivenöl

Für die Garnitur:

20 g Romanasalat

¼ Gurke

1 rote Zwiebel

2 Dinkelbrötchen

4 EL Honigsenf

ZUBEREITUNG

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten

Garzeit: ca. 10 Minuten

1. Für die Frikadellen Forelle grob zupfen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Dill waschen, trocken tupfen und fein schneiden.

2. Forelle, Zitronensaft, Zwiebel, Dill, Eier und Paniermehl in einer Schüssel verkneten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend Masse zu 4 gleichgroßen Frikadellen formen.

3. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Frikadellen darin von jeder Seite ca. 4 Minuten braten.

4. Für die Garnitur Salat waschen, trocken schütteln und Blätter abzupfen. Gurke waschen, trocken tupfen und in feine Scheiben schneiden. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.

5. Brötchen waagrecht halbieren. Untere Brötchenhälften mit jeweils 1 EL Senf bestreichen. Mit Salat, Frikadellen, Zwiebel, restlichem Senf und Gurke belegen. Mit dem Brötchendeckel abschließen.