

REZEPT



HOFGUT-BURGER MIT LEINSAMENMEHL

Zutaten für 4 Personen:

3 EL Leinsamenmehl
3 EL Wasser
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Butter oder 2 - 3 EL Rapsöl zum anbraten
80 g Haferflocken
265 g Schwarze Bohnen (Dose | Abtropfgewicht)
2 EL Tomatenmark
2 EL Senf (mittelscharf)
1 TL Paprikapulver oder eigene Gewürzmischung
½ TL Salz
½ TL Pfeffer



1. Schritt: Leinsamenmehl in einer kleinen Schüssel mit 3 EL Wasser verrühren und quellen lassen. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden.
2. Schritt: Butter/Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Knoblauch dazugeben und für 1 Minute mitbraten. Pfanne vom Herd nehmen. Die schwarzen Bohnen durch ein Sieb abgießen, abwaschen und abtropfen lassen. Haferflocken in einen Mixer geben und grob zerkleinern.
3. Schritt: Abgetropfte Bohnen, gequollene Leinsamen, gebratene Zwiebel-Knoblauch-Mischung, Tomatenmark, Senf und Gewürze dazugeben und auf niedriger Stufe kurz mixen und zu einer formbaren Masse verarbeiten.
4. Schritt: Die Patty-Masse abschmecken und nach Belieben nachwürzen. 4 gleich große Burger-Patties formen.
5. Schritt: Butter/Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Patties bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten pro Seite braten, bis sie schön knusprig sind.

Serviert wird der Burger zusammen mit einer selbstgemachten Mayo, einem frischen Krautsalat, der gehobelt und für mindestens 3 Stunden in einem unserer Öle + Salz mariniert wird, darüber den Senf-Kaviar und fertig

FRISCHE MAJO mit Rapsöl

Zutaten:

50 ml Sojamilch
80 ml naturbelassenes Rapsöl
1 EL Zitronensaft
1 TL Rosmarin-Senf aus der Ölmanufaktur oder mittelscharfer Senf
1 Schuss Agavendicksaft
Salz + Pfeffer

1. Schritt: Sojamilch und Öl in einen höheren Behälter geben, den Stabmixer am Boden ansetzen und langsam den Stab nach oben ziehen, dies 3-4 mal wiederholen. Den Zitronensaft dazugeben und unterrühren, so dass eine festere Konsistenz erreicht
2. Schritt: mit Senf, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer abschmecken; gerne frische Wildkräuter begeben und genießen

Hofgut am Dobl – frÖLich Ölmanufaktur – Schäfer inspiriert GmbH

Thannenmais-Dobl 15, 94419 Reisbach

eMail: info@hofgutamdobl.de | Internet: www.hofgutamdobl.de

Telefon: +49 8734-2329949 | Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 327153390

Eingetragen im Handelsregister Landshut HRB 11852

Geschäftsführer: Ralf Schäfer

REZEPT



HOFGUT-BURGER MIT LEINSAMENMEHL

Zutaten für 4 Personen:

3 EL Leinsamenmehl
3 EL Wasser
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
Butter oder 2 - 3 EL Rapsöl zum anbraten
80 g Haferflocken
265 g Schwarze Bohnen (Dose | Abtropfgewicht)
2 EL Tomatenmark
2 EL Senf (mittelscharf)
1 TL Paprikapulver oder eigene Gewürzmischung
½ TL Salz
½ TL Pfeffer



1. Schritt: Leinsamenmehl in einer kleinen Schüssel mit 3 EL Wasser verrühren und quellen lassen. Zwiebel und Knoblauchzehen abziehen und fein schneiden.
2. Schritt: Butter/Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebeln bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Knoblauch dazugeben und für 1 Minute mitbraten. Pfanne vom Herd nehmen. Die schwarzen Bohnen durch ein Sieb abgießen, abwaschen und abtropfen lassen. Haferflocken in einen Mixer geben und grob zerkleinern.
3. Schritt: Abgetropfte Bohnen, gequollene Leinsamen, gebratene Zwiebel-Knoblauch-Mischung, Tomatenmark, Senf und Gewürze dazugeben und auf niedriger Stufe kurz mixen und zu einer formbaren Masse verarbeiten.
4. Schritt: Die Patty-Masse abschmecken und nach Belieben nachwürzen. 4 gleich große Burger-Patties formen.
5. Schritt: Butter/Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Patties bei mittlerer Hitze 3-4 Minuten pro Seite braten, bis sie schön knusprig sind.

Serviert wird der Burger zusammen mit einer selbstgemachten Mayo, einem frischen Krautsalat, der gehobelt und für mindestens 3 Stunden in einem unserer Öle + Salz mariniert wird, darüber den Senf-Kaviar und fertig

FRISCHE MAJO mit Rapsöl

Zutaten:

50 ml Sojamilch
80 ml naturbelassenes Rapsöl
1 EL Zitronensaft
1 TL Rosmarin-Senf aus der Ölmanufaktur oder mittelscharfer Senf
1 Schuss Agavendicksaft
Salz + Pfeffer

1. Schritt: Sojamilch und Öl in einen höheren Behälter geben, den Stabmixer am Boden ansetzen und langsam den Stab nach oben ziehen, dies 3-4 mal wiederholen. Den Zitronensaft dazugeben und unterrühren, so dass eine festere Konsistenz erreicht
2. Schritt: mit Senf, Agavendicksaft, Salz und Pfeffer abschmecken; gerne frische Wildkräuter begeben und genießen

Hofgut am Dobl – frÖLich Ölmanufaktur – Schäfer inspiriert GmbH

Thannenmais-Dobl 15, 94419 Reisbach

eMail: info@hofgutamdobl.de | Internet: www.hofgutamdobl.de

Telefon: +49 8734-2329949 | Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE 327153390

Eingetragen im Handelsregister Landshut HRB 11852

Geschäftsführer: Ralf Schäfer