

# Spargel-Laugen-Burger

Saftige Burger mit gebratenem grünen Spargel.

etwa 10 Portionen



etwas Übung erforderlich

● bis 60 Minuten



## Zutaten:

### Für das Backblech:

Backpapier  
Backpapier

### Hefeteig:

500 g Weizenmehl  
1 Pck. Dr. Oetker Hefeteig Garant  
2 TL Salz  
2 Eier (Größe M)  
100 g weiche Butter oder  
Margarine  
125 ml Milch  
125 g Speisequark (Magerstufe)

### Zum Bestreichen und Bestreuen:

60 ml Wasser (5 EL)  
2 Pck. Dr. Oetker Natron  
etwa 1 EL Sesamsamen

### Paprikasoße:

150 g eingelegte, gegrillte rote  
Paprika  
2 - 3 Frühlingzwiebeln  
150 g Dr. Oetker Crème légère  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
Zucker  
Chilliflocken

### Füllung:

50 g Pinienkerne  
500 g grüner Spargel  
400 g Lachsfilets (ohne Haut)  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer  
3 EL Sesamsamen  
etwa 5 EL Speiseöl, z. B. Olivenöl  
Zucker  
Kerbel

### Außerdem:

125 g Dr. Oetker Crème légère  
Gartenkräuter

## 1 Vorbereiten:

Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen.

**Ober-/Unterhitze etwa 200 °C**  
**Heißluft etwa 180 °C**

## 2 Hefeteig zubereiten:

Mehl sorgfältig in einer Rührschüssel mit Hefeteig Garant vermischen. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 2 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig auf bemehlter Arbeitsfläche nochmals durchkneten und in 10 gleich große Stücke teilen. Diese zu Kugeln formen, auf das Backblech legen und zugedeckt etwa 15 Min. ruhen lassen.



**3 Bestreichen und Bestreuen:**

Wasser in einem kleinen Topf zum Kochen bringen, Natron vorsichtig einrühren. Die Natronlauge gleichmäßig auf den Brötchen verstreichen und mit Sesamsamen bestreuen. Backen.

**Einschub: unteres Drittel**  
**Backzeit: etwa 22 Min.**

Die Brötchen mit dem Backpapier auf einen Kuchenrost ziehen und erkalten lassen.

**4 Paprikasoße zubereiten:**

Paprika auf einem Sieb abtropfen lassen. Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Paprika etwas kleiner schneiden und mit Crème légère fein pürieren. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Chili abschmecken und die Frühlingszwiebelringe unterrühren.

**5 Füllung zubereiten:**

Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten und auf einem Teller erkalten lassen. Spargel im unteren Drittel schälen und längs in etwa 1 cm breite Scheiben schneiden. Lachsfilet unter fließendem kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen. Filet in knapp 1 cm breite Scheiben schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Sesam wenden. Etwa 2 EL Öl in der Pfanne erhitzen und den Spargel darin unter Wenden bei mittlerer Hitze anbraten. Er sollte noch etwas Biss haben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken, mit Pinienkernen verrühren und beiseitestellen. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen und die Lachsstreifen darin kurz auf jeder Seite anbraten.

- 6** Brötchen zweimal waagrecht durchschneiden. Auf den unteren Böden etwa 2/3 der Paprikasoße verstreichen. Darauf den Spargel verteilen und mit etwa 2/3 Crème légère Kräuter beträufeln. Mittlere Böden auflegen, mit übriger Paprikasoße bestreichen. 1-2 Lachsstreifen darauf geben und mit Kerbel bestreuen. Übrige Crème légère auf der Unterseite der Deckel verstreichen und auf die Lachsstreifen setzen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Sie können anstatt Lachsfilet auch etwa 400 g Rumpsteak in Streifen schneiden, würzen, in Sesam wenden und kurz anbraten.
- Für eine vegetarische Variante verwenden Sie einfach 400 g Räuchertofu.
- Die Brötchen sind einfriergeeignet.

