



Maispouarden-Burger mit Pistazien-Couscous und Avocadocrème



Zutaten Burger

1 Scheibe Toastbrot,
gewürfelt
80 g Naturejoghurt
300 g Maispouardenbrust
(Hackfleisch)
1 TL Pfeffer, gemahlen
½ TL Zimtpulver
1 TL Salz
2 EL Pinienkerne, trocken
geröstet
1 Knoblauchzehe, fein
gehackt
2 EL Rosinen, fein gehackt
Olivenöl zum Braten
Pankobrösel zum Panieren

Zubereitung Burger

Für die Burger das Toastbrot mit dem Joghurt mischen und 10 Minuten stehen lassen. Das Pouardenfleisch mit den Gewürzen abschmecken, mit allen anderen Zutaten gut vermischen und 1 Stunde kühl stellen. Aus der Fleischmasse kleine Kugeln formen und in Olivenöl goldbraun braten.

Zubereitung Pistazien-Couscous

Für den Pistazien-Couscous den Gemüsebouillon aufkochen und über den Couscous geben. 10 Minuten quellen lassen. Die Zwiebelringe in dem Olivenöl goldgelb anschwitzen und mit Salz und Kreuzkümmel würzen. Kurz abkühlen lassen. Petersilie, Koriandergrün und Olivenöl mit einem Stabmixer mixen, zum Couscous geben und mit einer Gabel vermischen und auflockern. Die restlichen Zutaten darunterheben und abschmecken. Bei Raumtemperatur servieren.



Zubereitung Avocadocrème

Für die Crème das Avocadofleisch mit den übrigen Zutaten fein mixen. Abschmecken und in einen Spritzsack füllen.

Anrichten

Anrichten

Den Pistazien-Couscous auf den Teller geben, den Maispouarden-Burger darauf anrichten und einige Tupfer Avocadocreème rundherum geben.

Zug,

Zutaten

Pistaziencouscous

160 ml Gemüsebouillon
150 g Couscous
1 kleine Zwiebel, in dünne Ringe geschnitten
1 EL Olivenöl
2 Prisen Salz
2 Prisen Kreuzkümmel, gemahlen
20 g Petersilie, gehackt
20 g Koriandergrün, gehackt
70 ml Olivenöl
50 g Pistazien, geröstet und grob gehackt
3 Frühlingszwiebeln, in dünne Ringe geschnitten
1 grüne Chilischote, entkernt und fein gehackt
30 g Rucola, gehackt
1 Limette, Saft und abgeriebene Schale

Zutaten Avocado-Crème

1 reife Avocado
½ Limette, Saft und fein abgeriebene Schale
2 EL Crème fraîche
1 Prise Kardamom, gemahlen
½ grüne Chili, entkernt und gewürfelt
½ TL Zucker
Salz