



Kürbisburger mit asiatischem Coleslaw

Herzhaft-fruchtige Burgerkreation für ein Abendessen mit Freunden

Zubereitung

1. Den Kürbis schälen, entkernen und in Würfel schneiden. Anschließend in einer heißen Pfanne mit etwas Naturata Sesamöl anbraten. Frühlingszwiebeln waschen, in Ringe schneiden und zum Kürbis geben. Mit einem Schuss Wasser ablöschen und zugedeckt etwa 5 Minuten weich schmoren.
2. In einer Schüssel den Kürbis mit Zitronenabrieb und dem Saft einer halben Zitrone mischen und mit Chiliflocken, 1 EL Sojasauce, Koriander und Naturata Curry-Ananas Sauce würzen.
3. Für den Coleslaw die Kohlblätter waschen und in etwa 6 cm breite Streifen schneiden. Dann quer in feine Streifen schneiden.
4. Den Ananassaft bei kleiner Hitze auf ca. ein Drittel reduzieren. Aus der Naturata Mayo, 3 EL Sesamöl und dem Ananassaft eine Marinade herstellen und mit etwas Sojasauce abschmecken. Den geschnittenen Kohl mit der Marinade mischen und Sesam und gehackte Naturata Cashewkerne darüber bröseln.
5. Die Brötchen halbieren, tosten und je die untere Hälfte mit der Kürbismasse bestreichen. Anschließend mit dem Coleslaw belegen, mit etwas Naturata Paprika Sauce garnieren und den Deckel auflegen.
6. Tipp: Dazu schmecken am besten knusprige Süßkartoffel-Pommes oder Kartoffel-Wedges.



Zubereitungszeit: Kurz

Zutaten (für 2 Portionen)

Naturata Zutaten

- 3 EL Sesamöl nativ
- 1 EL Curry Ananas Sauce
- Schaschlik Sauce
- 50 g Vegane Salatcreme ohne Ei in der Tube
- 50 g Cashewkerne

Weitere Zutaten

- 200 g Hokkaido-Kürbis
- 2 Frühlingszwiebeln
- ½ Bio-Zitrone
- 1 EL Chiliflocken
- 4 EL Sojasauce
- 1 EL Koriander
- 2 große Kürbiskernbrötchen
- Einige Blätter Weiß- und Rotkohl
- 100 ml Ananassaft
- 1 EL schwarzer Sesam