

Bärlauch-Burger mit Cognac-Morcheln

HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

350 g frische Morcheln
oder 40 g getrocknete, vor
Gebrauch eingeweicht
1 Schalotte
1 Bund Bärlauch
600 g Hackfleisch gemischt, z. B.
Rind und Schwein
1½ TL Salz
1½ TL Paprika edelsüss
500 g Krautstiel
4 EL Butter
½ TL Anissamen
4 EL Cognac
2 dl Halbrahm
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Olivenöl

1. Frische Morcheln putzen, eingeweichte abspülen und etwas ausdrücken. Morcheln je nach Grösse halbieren oder vierteln. Schalotte hacken. Bärlauch gut waschen, abtropfen lassen und hacken. Hackfleisch mit Bärlauch, Salz und Paprika mischen. Fleischmasse gut verkneten. Burger formen. Krautstiele von den Blättern trennen. Stängel in ca. 1 cm breite Stücke, Blätter in grobe Stücke schneiden.

2. Die Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotte, Anis und Morcheln dazugeben und ca. 5 Minuten dünsten. Mit Cognac ablöschen, diesen einköcheln lassen. Rahm dazugeben und köcheln lassen, bis die Sauce etwas eindickt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und warm stellen. Krautstielstängel in der restlichen Butter bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten knackig dünsten. Blätter dazugeben und mitdünsten, bis sie zusammenfallen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Burger beidseitig bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten braten. Fleisch auf dem Krautstiel mit Morchelsauce anrichten. Dazu passen Nudeln.

ZUBEREITUNG ca. 30 Minuten
Pro Person ca. 34 g Eiweiss, 50 g Fett,
 7 g Kohlenhydrate, 2650 kJ/630 kcal

