

Portobello-Burger mit Nektarine und Guacamole



Portobello Burger hat seinen Namen übrigens nicht vom berühmten Portobello Market in London bekommen. Portobello ist eine Form des Zuchtpilzes, eine Art großgeratener brauner Riesenchampignon. Er eignet sich auch ideal zum Füllen. Im Burger macht er sich anstatt den klassischen Fleisch-Laibchen extrem gut – vor allem in Kombination mit der cremigen Guacamole und den süßlichen Nektarinen. Diese Kreation ist ein wahrhaftiges Sommer-Highlight.

Guacamole:

Zutaten für 2 Burger

- ½ Limette
- 1 Zehe Knoblauch
- 2 Tomaten
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Avocado
- 1 EL Olivenöl
- 1 Msp. Chilipulver
- Salz
- Pfeffer

Sonstige Zutaten:

- 2 Portobello Pilze
- 1 Nektarine
- ½ Bund Thymian
- 1 EL Kräuter der Provence
- 2 Vollkornbrötchen

- Olivenöl, Salz und Pfeffer

Zubereitung

- 1.) Für die Guacamole Limette pressen. Knoblauch schälen und fein hacken. Stielansatz der Tomaten keilförmig herausschneiden und die Hälfte der Tomaten in feine Scheiben schneiden und die andere Hälfte würfeln. Frühlingszwiebel in sehr feine Scheiben schneiden.

- 2.) Avocado halbieren, Kern entfernen, dann Fruchtfleisch mit einem Löffel ausschaben und in eine kleine Schüssel geben. Avocado mit einer Gabel gut zerdrücken (siehe Kochtipp), mit der Hälfte des Limettensafts sowie mit Olivenöl gut vermischen, bis eine cremige Masse entsteht. Tomatenwürfel, Chilipulver, Knoblauch und Frühlingszwiebel unterrühren und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3.) Pilze vorsichtig säubern und Stiele wegschneiden. Nektarinen halbieren, vom Kern entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Thymian abstreifen. Für die Marinade den restlichen Limettensaft mit 4 EL Olivenöl in einer kleinen Schüssel mischen. Kräuter der Provence, die Hälfte des Thymians, Salz und Pfeffer hinzugeben und alles gut verrühren.
- 4.) Brötchen kurz im Backofen aufbacken oder in einer beschichteten Pfanne ohne Fett toasten. Pilze sowie Nektarine mit der Marinade einpinseln, dabei etwas Marinade übrig lassen. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und Pilze sowie Nektarinen darin rundum etwa 3-4 Minuten auf jeder Seite grillen. Während des Kochens immer wieder die restliche Marinade darüber streichen.
- 5.) Brötchen quer halbieren und mit der Guacamole einstreichen, Tomatenscheiben darauf legen und diese mit dem restlichen Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Nun die Pilze (evtl. halbieren, damit sich pro Person 2 Burger ausgehen) sowie Nektarinenhälften darauf geben und mit der zweiten Brötchenhälfte servieren.

Nicht glutenfrei, Laktosefrei

Kochtip: Sollte die Avocado noch nicht vollkommen reif sein, dann schneidest du das Fruchtfleisch am besten in kleine Würfel. Generell hilft es, die Avocado zum Nachreifen in der Nähe von Äpfeln zu lagern.

Gutes Gelingen wünschen
Das Team vom RelaxResort Kothmühle & Eva Fischer

Rezept von Food-Bloggerin Eva Fischer
www.foodtastic.at