

Flurhof-Burger vom schottischen Hochlandrind

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-ina-fischer-fo3-100.html](https://www.swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/rezept-ina-fischer-fo3-100.html)



Zutaten für den Burger:

Burger Buns:

- 25 g Milch
- 200 g Wasser
- 5-10 g frische Hefe
- 490 g Mehl
- 2 Eier
- 30 g Zucker
- 1,5 TL Salz
- 80 g Butter
- Sesam

Burger-Pattys (8. St.)

- 1750 g Rinderhackfleisch, nicht zu mager
- 2 große Knoblauchzehen
- 1,5 TL Salz
- Pfeffer

Burgersoße

- 1 kg Schälto­maten
- 500 g gelbe Paprika gewürfelt
- 150 g Zwiebelwürfel
- 1-2 Peperonis­choten

- 2 EL Speiseöl
- 30 ml Obstessig
- Salz
- Pfeffer
- Zitronensäure
- 300-500 g Marmelade
- (Weinberg-Pfirsiche)
- ¼ Pck. Gelierzucker

Zutaten Schüttelgurke:

- 125 g Gurke
- 6 g Zucker
- 10 ml Apfelessig
- ½ TL Salz
- ½ TL Senfkörner
- 1/8 Zwiebel

Zubereitung Burger Buns:

Aus Wasser, Milch, Zucker, Mehl, Hefe, Salz, Butter und einem Ei einen Hefeteig kneten, abgedeckt ca. 1 Stunde gehen lassen. 8 Brötchen formen und auf ein Backblech setzen, nochmals ca. 1 Stunde gehen lassen. Das zweite Ei mit etwas Wasser verquirlen, die Buns damit bestreichen und mit dem Sesam bestreuen. Bei 200°C Ober/Unterhitze ca. 15 Minuten backen.

Zubereitung Burger-Pattys (8. St.):

Rinderhackfleisch in einer Schüssel mit gepresstem Knoblauch, Salz und Pfeffer abschmecken und in 8 Portionen einteilen. Mit Patty-Pressen oder mit der Hand Burger-Pattys formen.

Zubereitung Burgersoße:

Tomatenwürfel zerköcheln lassen, danach durch ein Sieb passieren. Paprika, Zwiebel und Peperoni zugeben und garen. Alles bis zum gewünschten Grad pürieren und Öl, Essig, Marmelade und Zitronensäure zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei Bedarf zusätzlich mit Johannesbrotkernmehl binden.

Heiß in Gläser oder Flaschen einfüllen und fest verschließen. Im Kühlschrank einige Tage durchziehen lassen.

Zubereitung Schüttelgurke:

Zwiebel fein würfeln, Gurken in Scheiben schneiden. Gurkenscheiben in ein Schraubglas füllen, alle anderen Zutaten hinzufügen und so lange schütteln, bis Zucker und Salz aufgelöst sind. Zwei Stunden durchziehen lassen.

Zubereitung Burger:

Burgerbrötchen aufschneiden und das Unterteil reichlich mit Burgersoße (ca. 1 EL) bestreichen und mit

- 5 – 6 Blätter Rucola
- Burger-Patty
- Krautsalat
- 3 Gurkenscheiben
- 1 Scheibe Tomate
- 1 – 3 Zwiebelringe

belegen. Das Brötchen-Oberteil mit Burgersoße bestreichen, aufsetzen und mit einem Spieß fixieren.

Zutaten Westerwälder Deckelsplätze

- 1300 g Kartoffeln
- 2 Eier
- 1 Päckchen Hefe
- etwas Mehl und Wasser
- 2 TL Salz

Zubereitung Westerwälder Deckelsplätze:

Hefe mit etwas Mehl und Wasser anrühren, ½ Stunde gehen lassen. In dieser Zeit die Kartoffeln sehr fein reiben. Wenn der angesetzte Teig nach ½ Stunde deutlich aufgegangen ist, die Eier, Salz und die geriebenen Kartoffeln dazugeben und gut umrühren. Mit Mehl nach Bedarf etwas andicken. Weitere 30 min. zugedeckt gehen lassen, danach den Teig auf dem „Plätzedeckel“ zu etwa handtellergroßen Plätzen backen. Warm servieren.

Mit einem Flöckchen Butter und etwas Salz (oder Zucker) einrollen und genießen

Zutaten Weißkohl-Möhrensalat:

- 250 g Weißkohl
- 150 g Möhren
- 4 EL Apfelessig
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Öl
- Salz + Pfeffer

Zubereitung Weißkohl-Möhrensalat:

Weißkohl fein hobeln, Möhre raspeln. Salz, Essig, Zucker und Pfeffer dazugeben und kräftig durchkneten. Öl hinzufügen, nochmals kneten und danach ruhen lassen.

Flurhof-Burger vom schottischen Hochlandrind

 [swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/artikel-ina-fischer-100.html](https://www.swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/artikel-ina-fischer-100.html)

Geschenkidee von Ina Fischer: Heublumenbad

Zutaten Heublumenbad:

- 500 g Heublumen
- 3 - 4 l kochendem Wasser

Anwendung:

Die Heublumen mit 3 bis 4 Liter kochendem Wasser in einem großen Topf übergießen und dann 30 Minuten ziehen lassen.

Den Sud durch ein Sieb ins 37 Grad warme Badewasser geben.

Die Badedauer sollte maximal 15 Minuten betragen, danach ist Bettruhe empfohlen!

Nicht zum Essen aber zum Entspannen. Viel Spaß!