

Hirseburger

Zutaten für 3 – 4 Personen

- 120 g Hirse
- 250 ml Gemüsebrühe
- 1 Möhre
- 1 Lauchzwiebel
- Salz & Pfeffer
- Thymian, Estragon, Oregano,
- ½ Bund Schnittlauch
- 2 EL geriebener Käse
- 1 Ei
- 2 EL Mehl (z.B. Buchweizenmehl)

Zubereitungszeit: 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 3- 4



Zubereitung:

Möhre, Lauchzwiebel waschen und in kleine Würfel schneiden. Kräuter waschen und kleinhacken.

In einem Topf etwas Öl erhitzen, Möhre und Lauchzwiebel darin andünsten, Hirse zugeben und mit Brühe ablöschen. Auf kleiner Flamme immer wieder umrühren ca. 20 min. köcheln lassen.

Das Ei, Mehl, Kräuter zugeben und mit Salz & Pfeffer abschmecken.

Burger formen und in einer heißen Pfanne mit Olivenöl ausbacken. Je Seite ca. 4 min.

Dazu passt Gemüse, Salat - hier mit Schmorgurken.