



## Smashburger

### Zutaten (für vier Portionen):

#### Smashburger

500 g Rinderhackfleisch 5mm gewolft und mind. 20% Fettanteil  
4 Burger-Brötchen (z. B. Brioche oder klassische Hamburger-Brötchen)  
4 Scheiben Cheddar-Käse  
1 Zwiebel (in Ringen oder gewürfelt, nach Belieben)  
1 Tomate (in Scheiben geschnitten)  
4 Blätter Salat (z. B. Kopfsalat oder Römersalat)  
Ketchup (nach Geschmack, siehe Rezept unten)  
Senf (nach Geschmack)  
Salz und Pfeffer  
Pflanzenöl oder Butterschmalz zum Braten

#### Selbstgemachter Ketchup

500 g Tomaten (am besten reife, fleischige Tomaten)  
1 Zwiebel (groß, fein gewürfelt)  
2 Knoblauchzehen (fein gehackt)  
50 g brauner Zucker  
100 ml Apfelessig  
1 TL Salz  
1/2 TL Pfeffer  
1 TL Senfpulver  
1/2 TL Paprikapulver (geräuchert oder normal, je nach Vorliebe)  
1/4 TL Zimt  
1/4 TL Nelkenpulver  
1-2 EL Wasser (optional, je nach gewünschter Konsistenz)

#### Zubereitung

Das Hackfleisch in 4 gleich große Portionen (ca. 125 g pro Portion) teilen. Achte darauf, dass du das Fleisch locker formst, ohne es zu fest zu drücken, um eine gleichmäßige Textur zu erhalten.

Eine große Pfanne oder Grillplatte auf hohe Hitze bringen. Gib etwas Pflanzenöl oder Butterschmalz in die Pfanne, sodass die Oberfläche leicht glänzt. Die Pfanne sollte wirklich heiß sein, um die perfekte Kruste zu erhalten.

Sobald die Pfanne heiß ist, gib die Fleischportionen hinein. Drücke die Portionen sofort mit einem stabilen Spatel oder einer Burger-Pressen flach, bis sie etwa 1 bis 1,5 cm dick sind. Das „Smashen“ ist entscheidend, um die Kruste zu entwickeln und die Aromen zu intensivieren.

Würze das Fleisch während des Bratens mit Salz und Pfeffer. Lass die Patties etwa 2-3 Minuten braten, bis sie sich leicht von der Pfanne lösen und eine schöne, karamellierte Kruste gebildet hat. Dann wende sie vorsichtig, lege eine Scheibe Cheddar-Käse auf den Patty und brate ihn noch 1-2 Minuten, bis der Käse schmilzt.



Während die Patties braten, die Burger-Brötchen halbieren und die Schnittflächen in einer Pfanne oder im Ofen leicht anrösten, bis sie goldbraun sind.

Für den selbstgemachten Ketchup werden die Tomaten kreuzweise eingeritzt und kurz in kochendem Wasser blanchiert, dann in Eiswasser abgekühlt. Die Haut abziehen und die Tomaten grob hacken. Den Saft der Tomaten aufbewahren. In einem großen Topf die Zwiebel und den Knoblauch in etwas Öl anbraten, bis sie weich und leicht karamellisiert sind (ca. 5-7 Minuten).

Auf die untere Hälfte jedes Brötchens einen Blatt Salat legen, dann den Smashburger mit dem geschmolzenen Käse daraufsetzen. Darauf kommen Tomatenscheiben, Zwiebelringe und etwas Ketchup sowie Senf. Die obere Brötchenhälfte aufsetzen.

Tipp: Das Besondere an einem Smashburger ist das „Smashen“ des Hackfleisches, das eine besonders knusprige Kruste erzeugt und gleichzeitig das Innere saftig hält. Durch den intensiven Kontakt des Fleisches mit der heißen Pfanne entsteht die charakteristische Maillard-Reaktion (Karamellisierung), die für den typischen Geschmack sorgt.