

Mini-Walnussburger mit Äpfeln

Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie:	355 kcal/ 1488 kJ	Fett:	13,8 g
Eiweiß:	14 g	Davon gesättige Fettsäuren:	4,8 g
Kohlenhydrate:	43,5 g	ungesättige Fettsäuren:	9 g

Zubereitungszeit:
ca. 30 Minuten

Zubereitung:

1. Semmelbrösel, Estragon, Piment, Muskatnuss, Zimt, Salz, Pfeffer und die Nelken in eine Schüssel geben und gut vermischen.

2. Zwiebeln, Äpfel, Walnüsse, Knoblauch, Wasser, Ahornsirup und Ei hinzugeben und verrühren. Das Schweinehackfleisch hinzugeben und mit der Hand vermengen, bis alle Zutaten gut vermischt sind.

3. Die Hackfleischmischung in 4 gleiche Portionen aufteilen. Die einzelnen Portionen in 4 cm dicke Bratlinge in Handtellergröße formen.

4. Die Bratlinge bei mittlerer Hitze grillen und in den Brötchen mit beliebigen Zutaten wie Tomatenscheiben, Zwiebelringen oder Salat servieren.

Zutaten für 4 Portionen :

4 EL	Semmelbrösel
1/2 TL	getrockneter Estragon
1 Prise	Piment, gemahlen
1 Prise	Muskatnuss, gemahlen
1 Prise	Zimt, gemahlen
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer, gemahlen
1 Prise	Nelken, gemahlen
1	kleine Zwiebeln, fein geschnitten
2 EL	getrocknete Äpfel, fein geschnitten
2 EL	kalifornische Walnüsse, gehackt
1	Knoblauchzehe, fein geschnitten
1 EL	Wasser
2 TL	Ahornsirup
1	Ei
125 g	Schweinehackfleisch
Außerdem	
4	kleine Burger-Brötchen
	nach Belieben Tomatenscheiben, Zwiebelringe, Salatblätter