

Sloppy Joes

Für die Sloppy Joes-Sauce

(reicht für 4-6 Brötchen)

1 Zwiebel (ca. 120 g)
1 Knoblauchzehe
1/3 roter Paprika, entkernt (ca. 65 g)
1 kleine Selleriestange
450 g Rinderfaschiertes
¾ EL brauner Zucker
1 TL Salz (4 g)
½ TL gemahlener Koriander
½ TL Chilipulver Gewürzmischung
½ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
¼ TL Cayennepfeffer
1/8 TL gemahlener Zimt
1 TL Senfpulver
2 EL Tomatenmark
2 TL Worcestersauce
270 g stückige Tomaten samt Saft (Dose)
5 EL Ketchup (50 ml) (siehe Rezept)
Öl zum Braten
Optional: Käse, zB gereifter Cheddar, in
Scheiben geschnitten zum Belegen

>> TL und EL immer gestrichen

Zubereitung Sloppy Joes-Sauce

Zwiebel, Knoblauch, Paprika und Sellerie fein würfeln. Zwiebel 3 Minuten anschwitzen, dann das restliche Gemüse zugeben und weitere 2 Minuten anbraten.

Faschiertes zugeben und rösten, bis es durch ist, dabei Klumpen mit einem Kochlöffel zerkleinern.

Gewürze zugeben (Zucker, Salz, Koriander, Chilipulver, schwarzer Pfeffer, Cayennepfeffer, Zimt, Senfpulver, Tomatenmark und Worcestersauce), gut durchmischen.
Tomatenstücke samt Saft und Ketchup einrühren und die Fleischsauce ein wenig einkochen lassen, bis sie cremig eingedickt ist.

Auf Burgerbrötchen servieren und wer möchte, noch mit einigen Scheiben Käse belegen.
Dazu passen Coleslaw und Pommes.



Für die Burgerbrötchen

(7 Stück)

1 Ei, getrennt (Eiweiß für den Teig)

25 g Sonnenblumenöl (ca. 2½ EL)

25 g zerlassene, leicht abgekühlte Butter (ca. 2½ EL)

100 ml lauwarme Milch

100 ml lauwarmes Wasser

½ EL Zucker (6 g)

1 ½ TL Salz (6 g)

¾ EL (¾ Pkg.) Trockengerm (5,25 g) oder 1/3 Würfel frischer Germ (15 g)

385 g Mehl (universal, am besten W 700; Deutschland: Type 550)

2 TL Milch zum Bestreichen

>> TL und EL sind immer gestrichen

Zubereitung Brötchen

Eiweiß, Öl, zerlassene Butter, Milch, Wasser, Zucker, Salz und Trockengerm verrühren. Wer frischen Germ verwendet, diesen zuerst in der lauwarmen Milch auflösen.

Nach und nach mit einem Löffel das Mehl einarbeiten. Sobald sich die Bestandteile verbinden zuerst in der Schüssel, dann auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche in 5 Minuten zu einem weichen und geschmeidigen Teig kneten.

Den Teig zugedeckt rund 1 Stunde auf das doppelte Volumen gehen lassen.

Den Teig nach dem Gehen lassen nochmals kurz kneten und in 7 gleiche Portionen teilen. Die Teiglinge zu glatten Kugeln formen und mit einem Nudelholz auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu flachen Fladen rollen (rund 1-1½ cm Stärke, 11 cm Ø).

Die Fladen auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech (max. 4 Brote auf ein Blech) noch etwa ¾ bis 1 Stunde mit einem Geschirrtuch zugedeckt gehen lassen, bis sie deutlich aufgegangen sind. Wenn die Brote vom Ausrollen noch leicht bemehlt sind, bleibt das Tuch nicht an den Broten kleben.

Eigelb mit 2 TL Milch verrühren, die Brötchen damit bestreichen und mit Sesam bestreuen.

Die Brote im vorgeheizten Backofen bei 175 °C Umluft (190 °C Ober- und Unterhitze) rund 15-20 Minuten goldgelb backen und noch heiß vom Blech nehmen. Die Brötchen werden weicher, wenn sie in ein Geschirrtuch eingeschlagen auskühlen.

Guten Appetit!