

PROVERVEO®

*Smash Burger*

**REZEPTBUCH**

**ZU HAUSE**



# INDEX

---

SEKTION

**01**

Einführung

SEKTION

**02**

Geschichte

SEKTION

**03**

Beratung

SEKTION

**04**

Rezeptbuch

SEKTION

**05**

Paarungen

SEKTION

**06**

Häufig gestellte Fragen

# 01

# *Einführung*

**EINFACHHEIT, GESCHMACK UND  
TECHNIK IN JEDEM BISSEN**

Willkommen in der Welt von Smash Burgers: Legen wir los!

Dieses Buch ist nicht nur ein Rezeptbuch. Es ist ein Leitfaden mit Geschichten, Expertentips und praktischen Tricks, die Ihre Kochkünste auf die nächste Stufe heben. Bevor Sie weitermachen, machen Sie Ihre Grillplatte oder Bratpfanne bereit. Sie werden entdecken, wie einfach es ist, saftige Burger zuzubereiten, die durch ihre knusprige Konsistenz einzigartig sind. Willkommen in der Welt der Smash-Burger. Mit unserer Presse, die für perfektes Pressen entwickelt wurde, und diesem E-Book als Leitfaden sind Sie bereit, die Kunst des kultigen Burgers zu meistern. Jedes Rezept, jeder Tipp und jedes Detail in diesem Buch ist darauf ausgerichtet, Ihnen ein volles, geschmackvolles Erlebnis zu bieten. Legen wir los!

## Ein einfaches Geheimnis

Stellen Sie sich eine heiße Grillplatte vor, das Geräusch von bratendem Fleisch und ein unwiderstehliches Aroma, das die Luft erfüllt. Als ich das erste Mal einen Smash-Burger probierte, entdeckte ich, dass seine Einfachheit sein größtes Geheimnis war. Diese Art von Burger entstand in einem kleinen Restaurant, wo jemand das Fleisch drückte, um es schneller zu garen, ohne zu ahnen, dass er damit eine neue Art des Burgergenusses schuf.

## Lernen Sie, wie man perfekte Smash-Burger zubereitet

Mit diesem E-Book lernen Sie nicht nur, wie Sie perfekte Smash-Burger zubereiten, sondern auch, wie Sie jede Mahlzeit in ein unvergessliches Erlebnis verwandeln können. Wenn Sie schon einmal Burger zu Hause zubereitet haben und diese nicht ganz den Geschmack oder die Konsistenz erreicht haben, die Sie sich erhofft haben, finden Sie hier die Werkzeuge und Techniken, die Sie brauchen, um professionelle Ergebnisse zu erzielen.

# Smash Burger Fahrplan

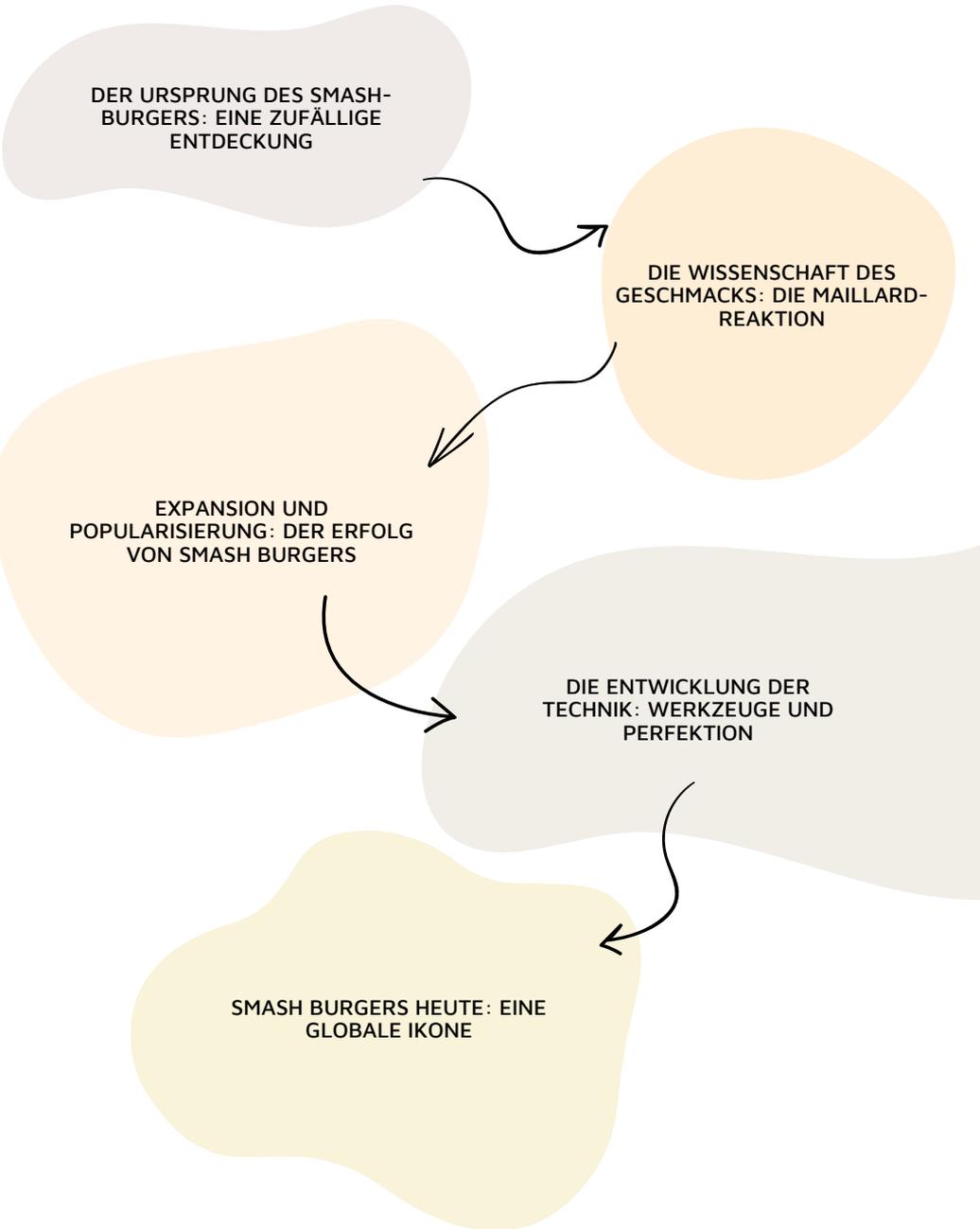
DER URSPRUNG DES SMASH-BURGERS: EINE ZUFÄLLIGE ENTDECKUNG

DIE WISSENSCHAFT DES GESCHMACKS: DIE MAILLARD-REAKTION

EXPANSION UND POPULARISIERUNG: DER ERFOLG VON SMASH BURGERS

DIE ENTWICKLUNG DER TECHNIK: WERKZEUGE UND PERFEKTION

SMASH BURGERS HEUTE: EINE GLOBALE IKONE



# 02

# *Herkunft*

## **DIE GESCHICHTE DER SMASH BURGERS**

### Der Ursprung des Smash-Burgers: Eine zufällige Entdeckung

Die Geschichte der Smash-Burger begann in amerikanischen Restaurants in den 1920er Jahren. In einem kleinen Restaurant in Kentucky beschloss ein Koch, ein kleines Fleischbällchen mit einer leeren Bohnenbüchse auf eine heiße Grillplatte zu drücken, um es schnell zu garen. Diese einfache Geste war der Beginn einer Technik, die die Art und Weise, wie wir Burger genießen, für immer verändern sollte.

### Die Wissenschaft des Geschmacks: Die Maillard-Reaktion

Durch das Drücken des Fleisches auf die heiße Grillplatte wird eine chemische Reaktion ausgelöst, die so genannte Maillard-Reaktion. Durch diese Reaktion karamellisieren die Proteine und Zucker im Fleisch und es entsteht eine knusprige, goldene Kruste, die den Geschmack intensiviert, während das Innere saftig bleibt. Dieser unerwartete Effekt verwandelt den Burger in einen einzigartigen Genuss mit einzigartiger Struktur.





## Expansion und Popularisierung: Der Erfolg von Smash Burgers

Der außergewöhnliche Geschmack des Smash-Burgers überzeugte die Kunden schnell, und die Technik wurde in anderen Restaurants nachgeahmt. Die Köche entdeckten, dass diese Methode nicht nur den Geschmack verbesserte, sondern auch die Verwendung billigerer Fleischstücke ermöglichte, was den Smash-Burger zu einer schmackhaften und erschwinglichen Option machte.

## Die Entwicklung der Technik: Werkzeuge und Perfektion

Mit der Zeit wurde die Bohnenbüchse durch Metallpressen ersetzt, die speziell für das perfekte Pressen entwickelt wurden. Trotz der ausgefeilteren Werkzeuge blieb das Wesen des Smash-Burgers erhalten: eine einfache und effektive Technik, um in wenigen Minuten knusprige, saftige Burger zuzubereiten.

## Smash Burgers heute: Eine globale Ikone

In den 1950er Jahren waren Smash-Burger bereits eine Ikone des amerikanischen Fast Food, beliebt in lokalen Ketten und Spezialitätenrestaurants. Heute hat diese Technik die Grenzen überschritten und ist zu einem Symbol für authentischen, leicht zugänglichen Geschmack geworden, der Haushalte und Küchen auf der ganzen Welt erreicht.



# Techniken für den perfekten Smash-Burger

- **Das Pressen:** Legen Sie eine Fleischkugel auf die Grillplatte und drücken Sie sie mit der Presse 10-15 Sekunden lang fest an. Der Rand sollte dünner werden, was normal ist und dazu beiträgt, die gebräunte Kruste zu erzeugen.
- **Garen:** Garen Sie das Fleisch 1-2 Minuten lang, ohne es zu bewegen. Sobald die Ränder gebräunt sind, das Fleisch vorsichtig mit dem Spatel umdrehen. Wenn Sie Käse wünschen, legen Sie ihn sofort nach dem Wenden des Fleisches auf, damit er schmilzt.
- **Das Zusammensetzen:** Die Brötchen auf der Grillplatte mit Butter leicht rösten. Den Burger zusammensetzen und nach Belieben belegen.
- **Der letzte Schliff:** Servieren Sie den Burger sofort, wenn der Käse perfekt geschmolzen ist und das Fleisch außen knusprig und innen saftig ist.

## WICHTIGE UTENSILIEN:

- Smash-Burger-  
Presse
- Gusseiserne  
Grillplatte oder  
gusseiserne Pfanne
- Dünner, stabiler  
Spatel





SEKTION 04

# Rezeptbuch



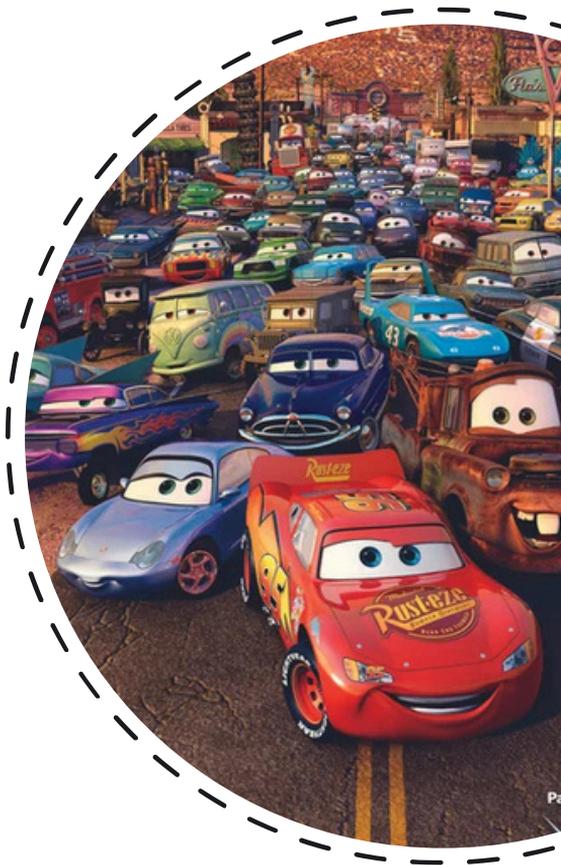
Die Smash-Burger sind vom magischen Universum der Filme unserer Kindheit inspiriert, in dem sich Kreativität, Spaß und unvergessliche Figuren zu einzigartigen Erlebnissen verbinden. Genau wie diese Geschichten, vereint jedes Rezept überraschende und originelle Aromen, die das Wesen einer Figur oder eines Films widerspiegeln. Es ist ein gastronomisches Abenteuer, das Sie einlädt, mit jedem Bissen Emotionen und Erinnerungen wieder aufleben zu lassen und das Alltägliche in etwas Außergewöhnliches zu verwandeln.



# Cars

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Hamburger-Brötchen
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- Frischer Kopfsalat
- 1 Scheibe Tomate
- 1 Scheibe rote Zwiebel
- Mayonnaise, Senf und Ketchup



## Zubereitung:

1. Das Fleisch (180 g) zu einer Kugel formen und auf eine vorgeheizte Grillplatte oder Bratpfanne bei starker Hitze legen.
2. Mit einer Presse das Fleisch fest zusammendrücken, bis es sehr dünn ist, etwa 2 cm. Etwa 2-3 Minuten pro Seite braten, bis es gebräunt und knusprig ist.
3. In der letzten Minute des Garvorgangs eine Scheibe Cheddar-Käse auf das Fleisch legen, damit er schmilzt.
4. Während das Fleisch gart, rösten Sie die Brötchen auf der Grillplatte leicht an.
5. Sobald das Fleisch fertig ist, können Sie den Burger zusammenstellen, indem Sie zuerst den Salat auf die Unterseite des Brötchens legen, dann die Tomate und die rote Zwiebel. Das Fleisch mit dem geschmolzenen Käse belegen und nach Belieben mit Mayonnaise, Senf und Ketchup bestreichen.

# Himmel und Huhn

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Brioche-Brot
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- Knuspriger Speck
- BBQ-Sauce
- 1 Scheibe rote Zwiebel
- Gurkenscheiben



## Zubereitung:

1. Das Fleisch formen und zubereiten: Das Fleisch in Kugeln teilen und auf einer heißen Grillplatte flach drücken. 3 Minuten auf jeder Seite braten, bis es gut gebräunt und knusprig ist. In der letzten Minute eine Scheibe Cheddar-Käse auf das Fleisch legen.
2. Speck braten: Braten Sie den Speck bei mittlerer Hitze knusprig und legen Sie ihn auf saugfähiges Papier.
3. Brot rösten: Die Brioche-Brötchen auf der Grillplatte 1-2 Minuten lang rösten.
4. Den Burger zusammensetzen: Den knusprigen Speck auf den Brötchenboden legen, dann den Cheeseburger. BBQ-Sauce, rote Zwiebeln und Essiggurken hinzufügen.

# Die Monster AG

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Brioche-Brot
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- Knuspriger Speck
- 1 Spiegelei
- Spezielsauce (Ketchup, Mayonnaise und Senf)



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zu einer Kugel formen und auf der vorgewärmten Grillplatte flach drücken.
2. 3 Minuten auf jeder Seite goldbraun braten. In der letzten Minute den Cheddar-Käse dazugeben und schmelzen lassen.
3. Während das Fleisch gart, braten Sie ein Ei in einer Pfanne mit etwas Öl oder Butter.
4. Braten Sie den Speck knusprig.
5. Toasten Sie das Brioche-Brot 1-2 Minuten auf der Grillplatte.
6. Den Burger zusammenstellen, indem der knusprige Speck auf das Käsefleisch gelegt wird, gefolgt von dem Spiegelei und einem Hauch von Spezielsauce (Ketchup, Mayonnaise und Senf) auf dem Brötchen.

# Lilo & Stitch

## Zutaten:

- 200 g Rindfleisch
- Brioche-Brot
- Cheddar-Käse
- Knuspriger Speck
- Barbecue-Sauce
- In Scheiben geschnittene rote Zwiebel
- Frischer Salat-Salat



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Die 200 g Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen. Auf jeder Seite 3-4 Minuten braten und in den letzten 2 Minuten den Cheddar-Käse zum Schmelzen bringen.
2. Den Speck zubereiten: Den Speck bei mittlerer Hitze knusprig braten und auf saugfähiges Papier legen.
3. Brot rösten: Die Briochebrote mit etwas Butter goldbraun rösten.
4. Zusammensetzen: Den Brotboden auflegen, Salat, Käsefleisch, rote Zwiebeln und knusprigen Speck darauf verteilen. Mit Barbecue-Sauce beträufeln und mit der anderen Seite des Brotes bedecken.

# Findet Nemo

## Zutaten:

- 200 g Rindfleisch
- Brioche-Brot
- Cheddar-Käse
- Knuspriger Speck
- Karamellisierte Zwiebel
- Honig-Senf-Sauce
- Frischer Kopfsalat



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: 200 g Fleisch zu einer Kugel formen und flach drücken. Auf jeder Seite 3-4 Minuten braten und in den letzten 2 Minuten den Cheddar-Käse hinzufügen.
2. Die Zwiebel karamellisieren: Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln 15-20 Minuten auf kleiner Flamme kochen, bis sie goldbraun und karamellisiert sind.
3. Den Speck zubereiten: Den Speck bei mittlerer Hitze knusprig braten und auf Küchenpapier abtropfen lassen.
4. Das Brot rösten: Die Briochebrote in Butter goldbraun rösten.
5. Zusammensetzen: Den Brotboden auslegen, den Salat, das Käsefleisch, die karamellisierten Zwiebeln und den knusprigen Speck darauf verteilen. Die Honig-Senf-Sauce auf dem Brötchen verteilen und den Burger damit belegen.

# Der König der Löwen

## Zutaten:

- 200 g Rindfleisch
- Hamburgerbrötchen nach Brioche-Art
- Cheddar-Käse
- Knusprig gebratene Zwiebel
- Geräucherte Barbecue-Sauce
- In Scheiben geschnittene Jalapenos
- Frischer Kopfsalat



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Das Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne oder auf dem Grill 3-4 Minuten auf jeder Seite oder bis zum gewünschten Gargrad garen. In den letzten 2 Minuten des Gargvorgangs eine Scheibe Cheddar-Käse auf das Fleisch legen, damit er schmilzt.
2. Die gebratenen Zwiebeln zubereiten: Die Zwiebel in dünne Scheiben schneiden, in Mehl, Salz und Pfeffer wenden und in heißem Öl goldbraun und knusprig braten. Die Zwiebelscheiben herausnehmen und auf saugfähiges Papier legen.
3. Den Burger zusammenstellen: Das Brioche-Brötchen toasten und den Salat auf den Boden des Brötchens legen. Dann das Fleisch mit Cheddar-Käse, gebratenen Zwiebeln, Jalapenos und einem Hauch geräucherter Barbecue-Sauce belegen.

# Toy Story

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Brioche-Brot
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- Knusprige Zwiebelringe
- Knoblauch-Mayonnaise
- Frischer Kopfsalat



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Die 180 g Fleisch zu einer Kugel formen und in einer heißen Pfanne flach drücken. 2-3 Minuten pro Seite braten und in der letzten Minute die Scheibe Cheddar-Käse zum Schmelzen hinzufügen.
2. Bereiten Sie das Gemüse und die Ringe vor: Waschen Sie den Salat und schneiden Sie ihn in Blätter. Wenn Sie die Zwiebelringe noch nicht fertig haben, braten oder kochen Sie sie nach Packungsanweisung.
3. Toastbrot: Toasten Sie das Brioche-Brot in einer Pfanne, bis es goldbraun und knusprig ist.
4. Den Burger zusammenstellen: Eine Schicht Knoblauchmayonnaise auf den Brotboden geben, dann den frischen Salat, das Käsefleisch und die knusprigen Zwiebelringe darauf legen.

# Die Eiskönigin



## Zutaten:

- 1 Hähnchenbrustfilet
- Hamburgerbrötchen nach Brioche-Art
- Frischer Kopfsalat
- Geschnittene Tomate
- Senfmayonnaise
- Honig-Senf-Sauce
- Öl zum Braten

## Zubereitung:

1. Das Brathähnchen zubereiten: Ein Ei verquirlen und das Hähnchenbrustfilet in mit Salz, Pfeffer und Paprika gewürztem Mehl panieren. Das Hähnchen in heißem Öl braten, bis es goldbraun und knusprig ist, etwa 4-5 Minuten auf jeder Seite. Dann auf saugfähige Papiertücher legen.
2. Den Burger zusammenstellen: Das Brioche-Brötchen toasten und eine Schicht Salat auf den Boden des Brötchens legen. Dann das gebratene Hähnchenfilet darauf legen, gefolgt von einer Scheibe frischer Tomate.
3. Saucen und Feinschliff: Das Brötchen mit Senfmayonnaise bestreichen und einen Hauch Honig-Senf-Sauce auf das Hähnchen geben.
4. Schließen Sie den Burger: Legen Sie die Oberseite des Brötchens über die Beläge und servieren Sie ihn sofort.

# Arielle

## Zutaten:

- 180 g Gemüsefleisch
- Hamburger Brötchen
- Veganer Käse (bei Verwendung von vegetarischem Fleisch)
- Frischer Kopfsalat
- Tomate
- Rote Zwiebel
- Vegane Soße



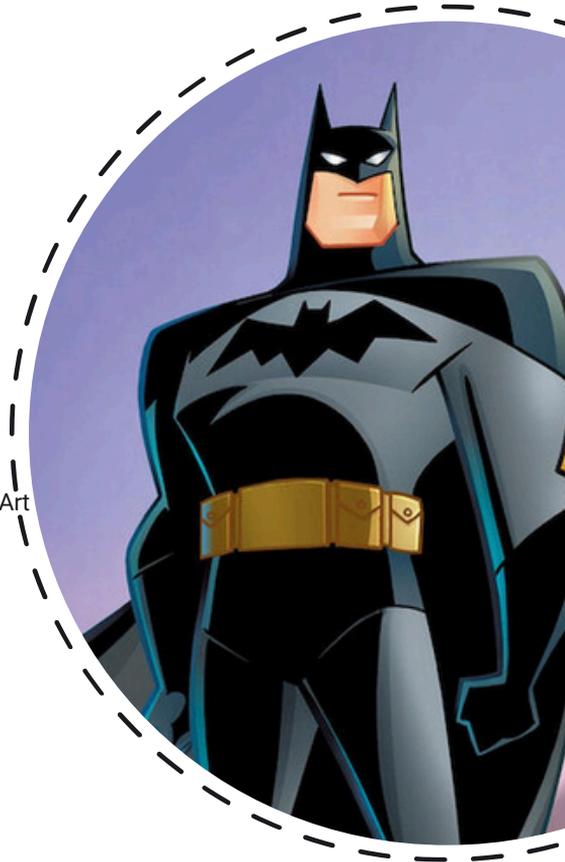
## Zubereitung:

1. Das Gemüsefleisch zubereiten: Die 180 g Gemüsefleisch zu einer Kugel formen, in einer heißen Pfanne flachdrücken und 3-4 Minuten auf jeder Seite braten, bis es gebräunt und durchgebraten ist. Wenn Sie veganen Käse verwenden, legen Sie ihn in der letzten Minute der Garzeit auf das Fleisch, damit er schmilzt.
2. Gemüse vorbereiten: Schneiden Sie den Salat, die Tomate und die rote Zwiebel in dünne Scheiben.
3. Toastbrot: Toasten Sie das Hamburgerbrötchen, bis es goldbraun ist.
4. Burger zusammenstellen: Die vegane Soße auf den Brötchenboden geben, dann den Salat, die Tomate, das käsiges Gemüsefleisch und die rote Zwiebel darauf verteilen.

# Batman

## Zutaten:

- 200 g Rindfleisch
- Hamburgerbrötchen nach Brioche-Art
- Blauschimmelkäse
- Knuspriger Speck
- Karamellierte Zwiebel
- Frischer Kopfsalat



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Die 200 g Rindfleisch mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne oder auf dem Grill 3-4 Minuten auf jeder Seite oder bis zum gewünschten Gargrad garen. In den letzten Minuten der Garzeit ein Stück Blauschimmelkäse auf das Fleisch legen, damit er schmilzt.
2. Den Speck zubereiten: Die Speckstreifen in einer Pfanne bei mittlerer Hitze knusprig braten. Dann auf Papiertücher legen, um überschüssiges Fett zu entfernen.
3. Die Zwiebeln karamellisieren: Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln in einer Pfanne mit etwas Öl und Zucker goldbraun und karamellisiert anbraten.
4. Den Burger zusammenstellen: Das Brioche-Brötchen toasten und eine Schicht frischen Salat auf den Brötchenboden legen. Dann das Fleisch mit geschmolzenem Blauschimmelkäse, karamellisierten Zwiebeln und knusprigen Speckstreifen belegen.

# Pinocchio

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Hamburger Brötchen
- Cheddar-Käse
- Hausgemachte Guacamole
- In Scheiben geschnittene Jalapeños
- Rote Zwiebel
- Chipotle-Sauce



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Die 180 g Fleisch zu einer Kugel formen, in einer heißen Pfanne flach drücken und 2-3 Minuten pro Seite braten. In der letzten Minute den Cheddar-Käse dazugeben und schmelzen lassen.
2. Das Gemüse vorbereiten: Die rote Zwiebel in dünne Scheiben und die Jalapeños in Scheiben schneiden.
3. Brötchen toasten: Das Hamburgerbrötchen goldbraun toasten.
4. Den Burger zusammensetzen: Die Guacamole auf den Brötchenboden geben, dann das Fleisch mit dem Käse, den Jalapeños, den roten Zwiebeln und der Chipotle-Sauce darauf legen.

# Dumbo

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- Hamburger-Brötchen
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- Geschnittene Tomate
- In Scheiben geschnittene Essiggurken
- Scharfe Paprika
- Rote Zwiebel



## Zubereitung:

1. Das Fleisch zubereiten: Die 180 g Fleisch zu einer Kugel formen und in einer heißen Pfanne flach drücken. 2-3 Minuten pro Seite braten und den Käse in der letzten Minute dazugeben, damit er schmilzt.
2. Das Gemüse vorbereiten: Die Tomate, die Gewürzgurken, die Chilischoten und die Zwiebel in dünne Scheiben schneiden.
3. Toastbrot: Toasten Sie das Hamburgerbrötchen, bis es goldbraun ist.
4. Den Burger zusammensetzen: Fleisch und Käse auf den Boden des Brötchens legen und die Tomatenscheiben, Gewürzgurken, Chilischoten und Zwiebeln darauf verteilen.

# Mulan

## Zutaten:

- 180 g Rindfleisch 80/20
- 1 Brioche-Brötchen
- 1 Scheibe Cheddar-Käse
- 2 Streifen knuspriger Speck
- 1 Spiegelei
- Spezielsauce (Mischung aus Ketchup, Mayonnaise und Senf)
- Frischer Kopfsalat
- In Scheiben geschnittene Tomate



## Zubereitung:

1. Die Spezielsauce zubereiten: Ketchup, Mayonnaise und Senf zu gleichen Teilen mischen. Beiseite stellen.
2. Den Speck zubereiten: Die Speckstreifen in einer Bratpfanne knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.
3. Das Fleisch zubereiten: Die 180 g Fleisch zu einer Kugel formen und in einer heißen Pfanne zu einer dünnen Scheibe flachdrücken. 2-3 Minuten pro Seite braten und den Cheddar-Käse in der letzten Minute dazugeben, damit er schmilzt.
4. Das Ei braten: In der gleichen Pfanne das Ei nach Belieben braten.
5. Den Burger zusammensetzen: Das Brioche-Brötchen tosten, mit der Spezialsoße, dem Salat, der Tomate, dem Käsesteak, dem Speck und dem Spiegelei belegen.



## ***Passende Getränke***

- **Biere:** Ein Craft-Bier oder helles Lagerbier passt sehr gut zum saftigen, knackigen Geschmack des Smash-Burgers. Wenn Sie etwas Kräftigeres bevorzugen, ist ein IPA dank seiner Bitterkeit, die im Kontrast zur Sanftheit des Fleisches steht, eine ausgezeichnete Wahl.
- **Weine:** Ein Rotwein mit mittlerem Körper, z. B. ein Merlot oder Cabernet Sauvignon, kann die Aromen von Fleisch und Käse hervorheben. Wenn Sie Weißwein bevorzugen, ist ein vollmundiger Chardonnay eine erfrischende Alternative.
- **Alkoholfreie Getränke und Limonade:** Wenn Sie alkoholfreie Getränke bevorzugen, sind eine klassische Cola oder eine selbstgemachte Limonade erfrischende Optionen, die die Reichhaltigkeit des Burgers ausgleichen. Oder probieren Sie einen Eistee mit einem Spritzer Zitrone.
- **Cocktails:** Ein klassischer Cocktail wie ein Whiskey Sour oder ein Gin & Tonic kann eine erfrischende Säure hinzufügen, die das Fett im Burger unterbricht und eine ideale Balance schafft.

# Köstliche Beilagen

05

**Selbstgemachte Pommes Frites:** Pommes frites sind die klassische Beilage zu Burgern. Sie können sie knusprig und goldbraun machen oder sogar mit frischen Kräutern oder geriebenem Käse verfeinern. Pommes frites oder Rösti sind ebenfalls eine gute Wahl.

**Frischer Salat:** Ein leichter Salat mit grünem Blattgemüse, roten Zwiebeln, Kirschtomaten und einer milden Vinaigrette ist die perfekte Ergänzung zu dem reichhaltigen Burger. Die Frische des Gemüses schafft ein ideales Gleichgewicht.

**Zwiebelringe:** Wenn Sie auf der Suche nach etwas mehr Genuss sind, sind knusprige Zwiebelringe eine köstliche Option. Ihr leicht süßer Geschmack und ihre knusprige Konsistenz passen gut zum saftigen Fleisch des Smash-Burgers.

**Hausgemachte Essiggurken:** Essiggurken verleihen dem Fleisch eine säuerliche Note, die einen perfekten Kontrast zur Reichhaltigkeit des Fleisches bildet. Die Säure steht in perfektem Kontrast zur Reichhaltigkeit des Fleisches. Sie können sich für traditionelle Essiggurken oder innovativere Gurken wie Karotten oder lila Zwiebeln entscheiden.



# Häufig Gestellte Fragen (FAQ)

## Kann ich gefrorenes Fleisch für die Zubereitung von Smash-Burgern verwenden?

Verwenden Sie idealerweise frisches Fleisch, um die beste Textur und den besten Geschmack zu erhalten. Wenn Sie jedoch gefrorenes Fleisch haben, müssen Sie es vor der Verwendung vollständig auftauen. Gefrorenes Fleisch lässt sich nicht so gut pressen und kann das Garen des Burgers beeinträchtigen.

## Woher weiß ich, wann das Fleisch in der Mitte gar ist?

Bei der Smash-Burger-Technik geht es um schnelles Garen und eine knusprige Kruste, daher ist das Fleisch in der Regel schnell gar. Wenn Sie sich nicht sicher sind, ob das Fleisch gar ist, können Sie ein Kochthermometer verwenden: Die ideale Innentemperatur für einen Burger liegt bei 70 °C (160 °F). Wenn Sie jedoch einen saftigeren Burger bevorzugen, können Sie ihn auch etwas kürzer garen lassen.

## Ist es notwendig, Öl in die Bratpfanne oder den Bräter zu geben?

Je nach Pfanne ist es nicht immer notwendig, Öl hinzuzufügen. Bei einer gusseisernen Bratpfanne verhindert das natürliche Fett im Fleisch ein Anhaften. Wenn Sie eine antihaftbeschichtete Pfanne verwenden, können Sie etwas Öl hinzufügen, damit das Fleisch nicht festklebt.

## Wie bewahrt man übrig gebliebene Burger am besten auf?

Wenn Sie gekochtes Fleisch übrig haben, können Sie es in einem luftdichten Behälter im Kühlschrank bis zu 2-3 Tage aufbewahren. Wenn Sie die Burger lieber ungekocht aufbewahren möchten, können Sie Fleischbällchen machen und diese einfrieren. Auf diese Weise haben Sie Fleisch zum Pressen zur Hand, wenn Sie einen Smash-Burger genießen möchten.

## Kann ich veganes Fleisch für einen Smash-Burger verwenden?

Aber natürlich! Vegane Burger aus Kichererbsen, Linsen oder handelsüblichen Alternativen können ebenfalls zu einem Smash-Burger gepresst werden. Befolgen Sie die Anweisungen der Marke, für die Sie sich entscheiden, da sie variieren können.

*Sie ist Teil der*

# TEAM PROVERVEO



VERKE SOZIALE NETZWERK

TZWERKE SOZIALE NETZWERK

UNSEREM INHALT FOLGEN SIE UNSEREM INHALT FOLGEN SIE U