



Benötigte Zutaten

Burger-Laibchen

4	Lachsschnitten
3 Zweige	Thymian (gehackt)
2	Knoblauchzehen
50 g	Semmelbrösel
40 g	Parmesan (gerieben)
Schuss	Zitronensaft
1/4 TL	Paprikapulver
1/4 TL	Salz
1/4 TL	Pfeffer (z.B. Zitronenpfeffer)

Lachsburger mit Frischkäse-Kräuter Dip

von Vicky von healthydreams.at

Anleitung

Burger-Laibchen

1. Den Lachs zunächst unter fließendem Wasser waschen, dann trocken tupfen.
2. In grobe Stücke schneiden und in einem Mixer grob zerkleinern. Den zerkleinerten Lachs in eine große Schüssel geben.
3. Frischen Thymian hacken, geschälten Knoblauch pressen und gemeinsam mit Semmelbrösel, einem Schuss Zitronensaft, geriebenen Parmesan, Paprikapulver, Salz und Pfeffer vermengen.
4. Vier gleichgroße Burger-Laibchen formen.
5. Die Laibchen bei zugedeckter Pfanne mit Olivenöl goldbraun auf beiden Seiten anbraten. (Nicht zu lange braten, damit das Lachs-Laibchen nicht trocken wird)
6. Anschließend vier Ananasscheiben scharf auf beiden Seiten anbraten.

Frischkäse-Kräuter Dip

7. Premium Frischkäse mit Mayonnaise in einer Schüssel vermengen.
8. Frische Kräuter hacken und mit Zitronensaft, Salz sowie Pfeffer abschmecken.
9. Die Joghurt-Dill Sauce in einer weiteren Schüssel zubereiten.
10. Hierfür Premium Sauerrahm, Premium Naturjoghurt und gehackten Dill gut verrühren.
11. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Frischkäse-Kräuter Dip

120 g **Premium Almfrisch Natur** (je nach Geschmack wahlweise in den Sorten Natur, Schnittlauch oder Liptauer)

30 g Mayonnaise (25% Fett)

Bund frische Kräuter (z.B Dill, Schnittlauch, Petersilie, ...)

Schuss Zitronensaft

Salz, Pfeffer

Dillsauce

100 g **Premium Naturjogurt**

2 EL **Premium Sauerrahm**

Salz, Pfeffer

Dill (gehackt)

Dillsauce

12. Die Jogurt-Dill Sauce in einer weiteren Schüssel zubereiten.

13. Hierfür Premium Sauerrahm, Premium Naturjogurt und gehackten Dill gut verrühren.

14. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Ein Rezept von healthydreams.at