

Cheeseburger-Muffins

Burger-Fans aufgepasst! Mit diesem Rezept lässt sich der klassische Cheeseburger in einer außergewöhnlich tollen Form zubereiten! Der Teig lässt sich unkompliziert herstellen, erhält eine flaumige Textur und lässt sich prima befüllen! Die herrlich pikanten Muffins sind nicht nur optisch ein toller Hingucker, auch geschmacklich überzeugen sie auf ganzer Linie. Die Cheeseburger-Muffins schmecken übrigens warm und kalt köstlich!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei und fruktosearm
siehe Tipp am Rezeptende



Für 12 Stück

Für den Teig:

250g helle glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mix Brot von Schär)*

15g Frischhefe ODER 3/4 P. Trockenhefe

220ml lauwarmes Wasser (28 – 30 Grad)

1/2 TL Salz

1 Prise Zucker

2 EL Speiseöl

Für die Fleischbällchen:

400g Rinderhackfleisch

2,5 EL glutenfreies Paniermehl

1 TL Tomatenmark

1 TL Senf

1 TL Petersilie, gehackt

1 Eiweiß

Salz

Pfeffer

Nach Geschmack: 1 Knoblauchzehe, fein gehackt

Speiseöl zum Braten

Außerdem:

1 Eigelb

1 TL Milch (ggf. laktosefrei)

125g Käse (ggf. laktosefrei), gerieben

3 Cornichons, gehobelt

Etwas Ketchup

1. Den Teig herstellen. Die Hefe, egal ob Trocken- oder Frischhefe, im lauwarmen Wasser auflösen.

2. Alle restlichen Zutaten für den Teig in eine Rührschüssel geben, auch das Hefewasser, und zu einem gleichmäßigen Teig kneten.

3. Den Teig in 12 Stücke teilen und jedes Teigstück mit dem Nudelholz zu einem runden Teigfladen mit etwa 9 – 10cm Durchmesser ausrollen. Die Teigfladen etwas bemehlen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. An einem warmen Ort etwa 30 Minuten aufgehen lassen.

4. Unterdessen die Füllung zubereiten. Aus allen Zutaten für die Fleischbällchen eine gleichmäßige Masse herstellen und daraus 12 Fleischbällchen formen. Die Bällchen im heißen Öl, unter wenden, in etwa 5 – 8 Minuten goldbraun braten. Auf einem Küchentuch abkühlen lassen.

5. Ein Muffinblech (Mulden) gut fetten und mit glutenfreien Semmelbröseln ausstreuen. Jeweils einen Teigfladen in eine Mulde einlegen und jeweils ein Fleischbällchen darin platzieren. Eigelb mit Milch verquirlen und jeweils die Teigländer damit bepinseln.

6. Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Ober- und Unterhitze, auf mittlerer Schiene) 10 Minuten backen. Anschließend die Muffins mit Käse bestreuen und weitere 8 – 10 Minuten goldgelb backen. Die fertigen Muffins aus dem Blech nehmen und auf ein Kuchengitter geben. Tipp: Sollten die

Muffins durch den angebackenen Käse am Blech haften, die Muffins vorsichtig mit einem spitzen Messer vom Blech lösen.
7. Auf jeden Cheeseburger-Muffin einige Scheiben Cornichons und etwas Ketchup geben.

Tipp: Die Cheeseburger-Muffins schmecken warm und kalt köstlich!

***Tipp zur Mehlmischung.** Die Cheeseburger-Muffins sind auf die angegebene Mehlmischung abgestimmt. Wird eine andere glutenfreie Mehlmischung eingesetzt, so sollte dem Teig 1 TL Flohsamenschalenpulver ODER knapp 1/2 TL Xanthan zugegeben werden. Der Teig sollte weich, aber dennoch gut knetbar sein.

Milchfrei – Tipp: Eine vegane, geriebene Käsealternative anstatt Käse einsetzen. Gluten- und milcheiweißfreie Alternativen sind im Reformhaus oder Bioladen erhältlich. Milch durch eine vegane Alternative tauschen, z.B. Cashewdrink. Beim Paniermehl auf Milchbestandteile achten.

Fruktosearm – Tipp: Für den Teig Zucker durch Reissirup oder Getreidezucker tauschen. Für die Fleischbällchen Tomatenmark weglassen. Senf und Knoblauch nur nach Verträglichkeit einsetzen. Tipp: Im Handel ist fruktosearmer Senf erhältlich. Für den Belag fruktosearmes Ketchup wählen und Cornichons nur nach Verträglichkeit auflegen.

Bild 1: Teiglinge nach dem Aufgehvorgang



Bild 2: Teiglinge im Muffinblech mit Hackbällchen gefüllt



Weitere Bilder: Fertige Cheeseburger-Muffins



rezepte-glutenfrei.de