Tálalás: **4 főre**

Előkészítés: **30 perc**

Elkészítés: **60 perc**

Kohári Éva

GLUTÉN- ÉS TEJMENTES LAZACOS HAMBURGER

A gyorséttermek koronázatlan királya a hamburger. Ha meghallom ezt a szót, hogy hamburger, a lelki szemeim előtt már meg is jelenik egy brutálisan hatalmas, puha zsemle szezámmaggal a tetején, roskadásig megpakolva húspogácsával, olvadó sajttal, némi savanyított uborkával, sok mustárral és ketchuppal. Mellé természetesen egy nagy adag sült krumpli és jéghideg szénsavas üdítő dukál. Most ennél egy kicsit lazább, lazacos verziót hoztam. A vastag lazacsteak simán vetekszik a marhahúsos verzióval. Ebből az adagból 5 hatalmas vagy 6 db kisebb buci készíthető. A remoulade-mártás pedig hab a lazacon.

HOZZÁVALÓK A HAMBURGERBUCIHOZ

400 g langyos Auchan bio rizsital
30 g Auchan méz
25 g friss élesztő
50 g olvasztott Auchan margarin
1 db „M-es” méretű Auchan tojás
10 g só
500 g Schär bread mix liszt

HOZZÁVALÓK AZ ELŐFŐZÉSHEZ

2 l víz
2 evőkanál Auchan méz

HOZZÁVALÓK A TETEJÉRE

1 db „M-es” méretű Auchan tojás
1 evőkanál víz
ízlés szerint szezámmag

HOZZÁVALÓK A LAZACSTEAKHEZ

600 g bőrös lazac
1 evőkanál olívaolaj
fél db citrom leve
ízlés szerint só
ízlés szerint frissen őrölt feketebors
2 evőkanál szárított kapor
ízlés szerint citrombors

HOZZÁVALÓK A REMOULADE-MÁRTÁSHOZ

4 evőkanál Auchan majonéz
5 db Auchan ecetes uborka
1 db apró vöröshagyma
1 gerezd fokhagyma
1 csokor apróra vágott friss petrezselyem
2 teáskanál frissen facsart citromlé
1 csipet frissen őrölt feketebors
1 teáskanál Auchan füstölt pirospaprika
1 csipet só
1 evőkanál ecetesuborka-lé

HOZZÁVALÓK AZ ÖSSZEÁLLÍTÁSHOZ

ízlés szerint saláta
ízlés szerint paradicsom

ALLERGÉNEK

---

1. Hamburgerzsemle: A langyos rizsitalhoz keverjük a mézet, morzsoljuk bele az élesztőt és 10-15 perc alatt futtassuk fel. Keverjük hozzá az olvasztott margarint, a tojást, majd adjuk hozzá a lisztet és a sót. Alaposan dagasszuk meg, és meleg helyen kb. 40 perc alatt kelesszük a duplájára.

2. A megkelt tésztát gyúrjuk át, és osszuk 5-6 egyenlő részre (én 5 bucit szoktam belőle sütni, így jó nagy hamburgerek lesznek). A bucikat kelesszük újabb 30 percet.

3. Egy nagy lábosban forraljunk fel 2 liter vizet 2 evőkanál mézzel. A főzőlapot állítsuk be úgy, hogy a víz éppen csak gyöngyözőn. Tegyünk a vízbe 2 db bucit, és főzzük mindkét oldalukat 1-1 percig. Az előfőzött bucikat tegyük sütőpapírral bélelt tepsibe, kenjük le a tetejüket felvert tojás és víz keverékével, majd szórjuk meg szezámmaggal.

4. 180 fokra előmelegített sütőben 30 perc alatt süssük készre.

5. Lazacsteak: Forrósítsunk fel egy serpenyőt kevés olívaolajjal, és tegyük bele a lazacot bőrével lefelé. Amíg sül a lazac, a tetejét sózzuk, szórjuk meg kevés frissen őrölt borssal, citromborssal, locsoljuk meg frissen facsart citrom levével és kaporral. Süssük így a lazacot 5-6 percig. Közben melegítsük fel a sütőt 180 fokra, és tegyük be a lazacot 15 percre.

6. A megsült lazacot pihentessük 10 percig, majd óvatosan szedjük le a bőréről.

7. Remoulade-mártás: A mártáshoz az ecetes uborkát, a hagymát vágjuk egész apró kockákra, a fokhagymát zúzzuk össze.

8. Az összes hozzávalót tegyük egy tálba, és alaposan keverjük el.

9. Összeállítás: A bucit vágjuk félbe, tegyünk bele ízlés szerint salátalevelet, karikára vágott paradicsomot. Erre helyezzük a lazacsteaket, és locsoljuk meg gazdagon a mártással.

Töltse le további receptjeinket az auchan.hu/receptek oldalról!