

## Mexikanische Bohnenburger in Fladenbrot mit Guacamole

Angaben für 4 Portionen

200g	rote Bohnen (Kidney)
20g	Butter
50g	Zwiebeln
3St	Knoblauchzehen
1St	Ei
½ TI	Salz, Pfeffer, Chili
1EI	Tomatenmark
100g	Haferflocken
	Bei Bedarf Vollkornsemmelmehl
4St	Fladenbrot
1St	Eisbergsalat
1St	Tomaten
1St	Gurken
	Frische Sprossen

Guacamole:

1St	Avocado sehr reif
100g	Frischkäse
1St	Zitrone
2St	Knoblauchzehen
½ TI	Senf
1TI	Olivenöl
	Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Die Kidneybohnen mit einem Pürierstab pürieren, Ei, Tomatenmark und Gewürze zugeben. Weiche Butter zugeben und weiter mixen, bis eine glatte Masse entsteht. Knoblauch pressen oder sehr fein schneiden und in die Masse einrühren. Zwiebeln sehr fein schneiden und auch unterheben. Zum Schluss die Haferflocken in die Masse einarbeiten. Die Masse abdecken und in dem Kühlschrank ca. 1 St. ruhen lassen. Danach flache Burger formen und auf einer heißen Grillplatte grillen.

In der Zeit wo die Masse ruht bereiten wir uns die Guacamole zu.

Avocado aufschneiden, Kern herausnehmen. Fruchtfleisch mit einem Löffel in eine Moulinette auskratzen und mit Zitronensaft, Olivenöl, Knoblauch, Senf, Salz und Pfeffer zu einer feinen Paste pürieren. Frischkäse zugeben und alles zu einer würzigen Paste mixen.

Fladenbrot auf einer heißen Grillplatte knusprig grillen, in der Mitte durchschneiden.

Mit Eisbergsalat, Guacamole und Bohnenburger füllen.

Tomaten und Gurken darauf legen.

Evtl. mit frischen Sprossen garnieren.