

NFZ-REZEPT

Vor- und
Zubereitung:
ca. 45 Minuten

Zutaten
für 4 Portionen:

400 g Rinderhackfleisch
12 Scheiben Aubergine
1 Zucchini
4 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
2 grosse Tomaten
Tomatenmark
Gewürz nach Belieben
Balsamico Essig

Burger mal anders

Zucchini und Auberginenscheiben
im Backofen grillen.

Mageres Hackfleisch mit Zwiebeln, Knoblauch,
etwas Tomatenmark und Gewürzen nach Geschmack
vermengen. In einer Schüssel eine Tomate und eine
halbe Zwiebel würfeln und mit Balsamico mischen.

Aus dem Hackfleisch zwei Hamburger pro Person
formen und auf dem Grill oder in der Pfanne braten.
Alles Aufschichten und mit der
Tomaten-Zwiebel-Mischung und dem
Zucchini-Gemüse garnieren.

En Guete wünscht Nadine Mathis und
die Neue Fricktaler Zeitung.



gebrüdermüller

Metzgerei & Partyservice



Swiss
Galloway Society

Gönn dir Freiland!



Weideschwein

Qualität aus der Region

Zürcherstrasse 31 | 4332 Stein | Tel. 062 873 00 13
Hauptstrasse 66 | 5027 Herznach | Tel. 062 867 94 94
www.muellerwurst.ch | Jeweils freitags am Buremärt in Sissach

Senden Sie uns Ihr bestes Rezept

Sie kochen gerne mit frischen Zutaten und möchten Ihr Lieblingsrezept mit anderen Menschen teilen? Dann sind Sie bei uns richtig. Schicken Sie uns Ihr Rezept mit einem Bild an redaktion@nfz.ch

NEUE FRICKTALER ZEITUNG

**FRICKTALER
MEDIEN AG**