



# Mangold-Getreide-Patties mit Avocado-Sauce

## Zutaten

für 8 Patties

### Patties

200 g Dinkelkörner oder Hirse

2 Zwiebeln

2 Knoblauchzehe

230 g Mangold

160 g Feta

4 Eier

100 g Haferflocken

1 TL Paprikapulver

Pfeffer

Salz

### Sauce

2 Avocados

100 g Schmand

4 EL Milch

4 Knoblauchzehen

2 EL Zitronensaft

Salz

Pfeffer



## Nützliches Zubehör

**Ofenzauberer**  
**Burgerpresse**  
**Kuchengitter**

## Zubereitung

1. Die Getreidekörner nach Packungsanleitung kochen und abkühlen lassen.
2. Zwiebel, Knoblauch und Mangold sehr fein schneiden (5 Sek./St. 5) und mit dem Getreide vermischen. Die restlichen Zutaten für die Patties zugeben und alles gut vermischen (20 Sek./St. 4). Die Masse für ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
3. In der Zwischenzeit die Zutaten für die Sauce pürieren und beiseitestellen. Den Ofen vorheizen (230 °C).
4. Aus der Masse mit dem kleinen Einsatz der Burgerpresse 8 Patties formen und auf den großen Ofenzauberer geben. Auf der untersten Schiene ca. 25 bis 30 Minuten garen.
5. Den Ofenzauberer auf ein Kuchengitter geben und die Patties zusammen mit der Sauce und Burgerbrötchen servieren.

Lasst es euch schmecken!

Die Angaben in den Klammern beziehen sich auf die Zubereitung im Thermomix®. Ihr könnt das Rezept aber auch mit anderen Küchenhelfern zubereiten oder auf die gute alte traditionelle Art :-)



Julia Will  
Selbständige Beraterin für Pampered Chef  
[mail@frau-will.de](mailto:mail@frau-will.de) · [www.frau-will.de](http://www.frau-will.de)  
<https://will.shop-pamperedchef.de/willkommen/>