



**Hozzávalók:**

1 zsenge padlizsán, só, 1 kg zsírosabb darált borjúhús (például lapocka vagy oldalas), frissen őrölt fekete bors, 2-3 evőkanál hideg víz, 3-4 evőkanál olaj a sütéshez, 20 dkg feta sajt, 8 hamburger zsemle (11 centi átmérőjű), 8 salátalevél, 2 paradicsom, 1 kövérebb lilahagyma a mártáshoz:

egy kis pohár (150 gramm) tejföl vagy majonéz (lehet Crème fraîche is), só, frissen őrölt fekete bors, 8-10 szem magozott, apróra vágott olajbogyó, 2 evőkanál olívaolaj

1. A padlizsánt, miután végeit lecsaptuk, 8 darab 1 centi vastag szeletre vágjuk. Enyhén besózva félrerakjuk.
2. A borjúhúst, - ami szobahőmérsékletű legyen, mert ha hideg, a zsírja a kezünkhöz tapad -, megborsozzuk, kb. 1 bő kiskanálnyi sóval ízesítjük, 2-3 evőkanál hideg vízzel lágyítjuk. Nedves kézzel 8 kisujnyi vékony pogácsát formálunk belőle, amiket olajjal körbekenünk.
3. Amikor a rostély kellően forró és a faszén csak parázslék alatta, a húspogácsákat rárakjuk, és oldalanként kb. 3 percig sütjük, közben az olajjal kengetjük. A padlizsánkarikákat hideg vízzel leöblítjük, konyhai papírtörőre szedve lecsöpögtetjük, majd olajjal megkenve a hús mellé rakva megsütjük (grillezzük). A hamburger zsemleket lapjában félbevágjuk, vágott felükkel a grillrácsra rakva megforrosítjuk.
4. Következhet a tálalás. A mártáshoz valókat összekeverjük és a hamburger bucik alsó részének vágott felét megkenjük vele. Erre salátalevelet, majd a sült húspogácsát, arra

pedig a sült padlizsánt rakjuk. 1-1 vastagabb szelet feta következik, majd paradicsom és lilahagyma karika. Egy kevés borsot őrölünk rá, - kerülhet még rá néhány friss levélke kakukkfű is-, majd ráillesztjük a zsemlek tetejét.

8 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy hamburger: 550 kcal • fehérje: 36,7 gramm • zsír: 30,5 gramm • szénhidrát: 31,5 gramm • rost: 5,0 gramm • koleszterin: 121 milligramm