



TONIJNBURGERS

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: U.K.

Gang: Bijgerecht / Fingerfood

Hoeveelheid: 4 - 6 personen

Tijd: 30 minuten bereiden + 1 uur opstijven

Ingrediënten tonijnburgers:

- **3 eieren, geklutst waarvan 1 voor het paneren**
- **2 blikjes tonijn op water, goed uitgelekt**
- **3 middelgrote aardappelen, geschild en in 4 gesneden**
- **4 gram platte peterselie, fijngehakt**
- **3 lente-ui, in ringetjes gesneden**
- **1 sjalot, fijngesneden**
- **1 tl vissaus (nam pla)**
- **gemalen zeezout, naar smaak**
- **flink wat versgemalen zwarte peper, naar smaak**
- **2 tl zoete paprikapoeder**
- **1 tl gedroogde Italiaanse kruiden**
- **zest van 1 biologische citroen**
- **2 el maizena**
- **panko, om te paneren**
- **plantaardige olie om in te bakken**

Ingrediënten saus:

- **3 el zure room**
- **1 el volle yoghurt**
- **1 - 2 augurken, fijngehakt**
- **1 - 2 el verse dille, fijngehakt**
- **1 teen knoflook, uitgeperst**
- **1 - 2 tl geraspte mierikswortel (optioneel)**

Vorbereiding burgers:

- Kook de aardappelen in ongeveer 15 minuten gaar.
- Giet af en laat even uitstomen.
- Meng terwijl de aardappelen koken de uitgelekte tonijn en 2 geklusterde eieren in een ruime kom goed door elkaar.
- Voeg de lente-uis, peterselie, sjalot en vissaus toe en meng alles voorzichtig maar wel goed door elkaar.
- Stamp met een aardappelstamper de aardappelen tot een puree.
- Meng de aardappelpuree door het tonijnmengsel.
- Voeg het paprikapoeder en de gedroogde Italiaanse kruiden en meng door het mengsel.
- Voeg flink wat zwarte peper toe en breng op smaak met gemalen zeezout.
- Schaaf de schil van 1 biologische citroen er over en meng nogmaals door elkaar.
- Bind het geheel met 2 eetlepels maizena.
- Vorm met vochtige handen gladde ballen van het mengsel en druk ze plat tot burgers.
- Leg ze op een schaal en dek af met vershoudfolie.
- Zet de schaal een uurtje afgedekt in de koelkast om op te stijven

Bereiding saus:

- Meng in een kommetje alle ingrediënten voor de saus door elkaar.

Bereiding burgers:

- Verhit op middelmatig vuur een dun laagje olie in een koekenpan.
- Bak de tonijnburgers (in porties) in 4 - 5 minuten per zijde goudbruin en krokant aan de buitenzijde.
- Laat ze even uitlekken en serveer ze met de saus.

Have a nice meal!

26-10-2025