



Griechische Gyros-Spieße

mit Kartoffel-Tomaten-Ragout und Tsatsiki



HELLO SCHNITTLAUCH

In diesen zarten grünen Stängeln steckt jede Menge Vitamin C. Sie verleihen jedem Gericht eine feine pikante Würze.



Lange Holzspieße



Schweinelachssteaks



Kartoffeln (Drillinge)



Tomate



Bacon



Gewürzmischung



Gurke



Knoblauchzehe



Schnittlauch



Naturjogurt

35 Minuten

Stufe 2

Neuentdeckung

leichter Genuss

Tag 1-5 kochen

Wenn wir an griechisches Essen denken, kommt uns sofort Tsatsiki in den Sinn. Und der ist so lecker, dass keine Grillparty ohne ihn stattfindet. Damit auch Du in den Genuss kommst, verraten wir Dir heute unser Lieblingsrezept und reichen dazu saftige Gyros-Spieße. Guten Appetit bei diesem **proteinreichen** und **ballaststoffreichen** Gericht.

Wasche **Gemüse**, **Kräuter** und **Fleisch** ab und tupfe das **Fleisch** mit **Küchenpapier** trocken. Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor. Zum Kochen benötigst Du außerdem **2 große Schüsseln**, ein **Backblech**, **Backpapier**, **Küchenpapier** und eine **Gemüsereibe**.



1 HOLZSPIESSE EINWEICHEN

Holzspieße in einer großen Schüssel mit kaltem **Wasser** einweichen, so brennen sie später im Backofen nicht an.



2 FÜR DAS KARTOFFELRAGOUT

Ungeschälte **Kartoffeln** in ca. 2 cm breite Spalten schneiden. **Tomaten** halbieren, Strunk entfernen und in Spalten schneiden. **Kartoffel-** und **Tomatenspalten** auf einem mit Backpapier belegten Backblech verteilen, dabei etwas Platz für die Gyros-Spieße lassen. Mit 1 EL [2 EL] **Olivenöl**, **Salz** und **Pfeffer** würzen und auf der mittlerem Schiene im Backofen 20 – 25 Min. backen.



3 FLEISCH MARINIEREN

Schweinelachs in ca. 2 cm große Stücke schneiden. **Baconscheiben** quer halbieren. Beides in einer großen Schüssel mit ½ EL [1 EL] **Olivenöl** und der **Gewürzmischung** vermischen.



4 GYROS-SPIESSE VORBEREITEN

Bacon locker aufrollen und abwechselnd mit den **Schweinelachswürfeln** auf die Holzspieße stecken. Diese für die letzten 10 – 15 Min. der Kartoffelgarzeit mit in den Backofen geben und garen.



5 ZEIT FÜR TSATSIKI

Gurke grob raspeln. **Knoblauch** abziehen und fein hacken. **Schnittlauch** in feine Röllchen schneiden. In der großen Schüssel **Gurkenraspel**, **Knoblauch**, ½ der **Schnittlauchröllchen** und **Joghurt** verrühren, mit **Salz** und **Pfeffer** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Kartoffel-Tomaten-Ragout auf Teller verteilen, **Gyros-Spieße** dazu anrichten, mit restlichen **Schnittlauchröllchen** bestreuen und zusammen mit **Tsatsiki** genießen.

2 | 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	4P
lange Holzspieße	4	8
Schweinelachssteak	2	4
Kartoffeln (Drillinge)	600 g	1200 g
Tomate NL	2	4
Bacon	80 g	160 g
Gewürzmischung „Gyros“ 15)	4 g	8 g
Gurke NL/BE	1 (klein)	1
Knoblauchzehe ES	½ ☞	1
Schnittlauch	10 g	20 g
Naturjoghurt (3,8 % Fett) 7)	150 g	300 g

Olivenöl*, Salz*, Pfeffer*

* Gut, im Haus zu haben [bei 4 Personen Menge in Klammern].
☞ Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTLLICHE NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 700 g)
Brennwert	372 kJ/89 kcal	2763 kJ/659 kcal
Fett	4 g	28 g
- davon ges. Fettsäuren	2 g	9 g
Kohlenhydrate	8 g	55 g
- davon Zucker	2 g	10 g
Eiweiß	7 g	46 g
Ballaststoffe	1 g	7 g
Salz	1 g	3 g

ALLERGENE

7) Milch 15) kann Spuren von Allergenen enthalten

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

BE: Belgien, ES: Spanien, NL: Niederlande

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

#HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 125 300 64 06 | kundenservice@hellofresh.at

Guten Appetit!