

Hähnchengyros

BOWL

 MIT TZATZIKI & OFENKARTOFFELN  

Saftiges Hähnchengyros, knusprige Ofenkartoffeln, frisches Gemüse und cremiges Tzatziki – mediterraner Genuss für den Sommer!



ZUTATEN (für 4 Personen)

- 600 g Hähnchenbrustfilet
- 800 g kleine Kartoffeln
- 1 EL Gyrosgewürz
- 3 EL Olivenöl
- 1 Gurke
- 250 g griechischer Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleine rote Zwiebel
- 150 g Cherrytomaten
- Salz und Pfeffer



ZUBEREITUNG

- 1 Ofenkartoffeln zubereiten**
Die kleinen Kartoffeln halbieren. Mit 2 EL Olivenöl und etwas Salz vermengen. Auf ein Backblech geben und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C Ober-/Unterhitze etwa 35 Minuten goldbraun backen.
- 2 Hähnchengyros vorbereiten**
Das Hähnchenbrustfilet in feine Streifen schneiden. Mit dem Gyrosgewürz und 1 EL Olivenöl vermengen und kurz durchziehen lassen.
- 3 Tzatziki zubereiten**
Die Gurke fein reiben. Wer möchte, kann sie leicht ausdrücken, damit das Tzatziki besonders cremig wird. Den griechischen Joghurt in eine Schüssel geben. Knoblauch fein pressen. Mit Gurke, Salz und Pfeffer verrühren.
- 4 Gemüse vorbereiten**
Cherrytomaten halbieren. Die rote Zwiebel in feine Streifen schneiden.
- 5 Hähnchengyros anbraten**
Eine Pfanne erhitzen und das marinierte Hähnchen goldbraun und knusprig anbraten.
- 6 Bowl anrichten**
Die Ofenkartoffeln auf vier Schüsseln verteilen. Das Hähnchengyros dazugeben. Tomaten und Zwiebeln ergänzen. Zum Schluss das cremige Tzatziki darauf verteilen und servieren.



TIPP: Die Gurke für das Tzatziki vorher leicht ausdrücken – so wird es besonders cremig und nicht zu flüssig.



Guten Appetit! 

