

Gyros "Veggie Style"

Zutaten:

Gyros:

- 400-500g Austernpilze
- 2 EL Öl
- 1 TL Cumin
- 2 TL Oregano, getrocknet
- 2 TL Smoky Rub Edelschmaus® (oder Smoky Paprika)
- 1 TL Knobi Genuss Salz Edelschmaus® (oder Knoblauchpulver)
- 4 TL Speisestärke

Tzaziki:

- 1 TL Tzaziki Edelschmaus®
- 4 Knoblauch Chips Edelschmaus®
- 2 TL Wasser
- 200g Griechischer Joghurt
- 1/4 Salatgurke

Reis:

- 1 Tasse Basmati Reis
- 2 Tassen Wasser
- 2 TL Kurkuma
- Salz

Zubereitung

Gyros

Die Austernpilze in Streifen zupfen und in die mittlere Edelstahl-Rührschüssel geben. Alle weiteren Zutaten, sowie das Öl dazu und mit den Händen vorsichtig vermengen.

Die Edelstahl-Antihaf-Pfanne auf mittlerer Stufe aufheizen und etwas Öl reingeben. Nun die Austernpilze in die Pfanne geben und solange anbraten, bis sie schön braun und knusprig werden.

Tzaziki

Tzaziki und Knoblauchchips mit Wasser quellen lassen. Die Chips, wenn gewünscht vorher etwas zerkleinern.

Die Salatgurke schälen und über die verstellbare Grobe Reibe in das kleine Edelstahlsieb raspeln. Gurke salzen, damit das Wasser austreten kann.

Joghurt mit den Kräutern verrühren. Gurke gut ausdrücken und unter den Joghurt heben.

Reis

Reis, Wasser, Salz und Kurkuma in die Lily geben und gut umrühren. Im vorgeheizten Backofen bei 200° O/U-Hitze ca 45 Minuten garen. Das geht übrigens auch in der Mikrowelle! Bei 600 Watt so ca. 15 Minuten.

Alles zusammen anrichten.

wir hatten noch einen Krautsalat dazu - der war aber nur selbstgekauft ;-)



Eva-Maria Möhrle
Selbst. Direktorin Pampered Chef®
Selbst. Beraterin Edelschmaus®
0177 747 11 71
info@evasgenusswelt.de