



Gyros mit Tzatziki und griechischen Salat

Das Gyros ist besonders fein, weil es aus marinierten, dünnblättrig geschnittenen Schweinefilet auf der Grillpfanne zubereitet wird. – Kommentar der Familie: »Saulecker – kannst du jede Woche machen!« – Das war Lob genug.

4 Personen

ZUTATEN :

GYROS :

- 2 Schweinefilets ohne Filetkopf à ca. 400 – 450 g
- 1 Portion Gyros-Gewürz (*siehe Rezept im Verzeichnis*)
- 3 mittelgroße weiße Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 4 EL Olivenöl
- Meersalz

TZATZIKI :

siehe Rezept im Verzeichnis – alle Mengenangaben dazu halbieren

GRIECHISCHER SALAT :

- 4 Tomaten (*mittelgroß*)
- ½ Salatgurke
- 1 kleiner Romana-Salatkopf
- 2 kleine rote Zwiebeln
- 20 schwarze Oliven (*vorzugsweise Kalamata-Oliven*)
- 75 g Feta-Käse

ZITRONEN-VINAIGRETTE :

- 1½ EL Zitronensaft
- ½ EL Apfel-Balsam-Essig
- 4 EL Olivenöl
- ½ TL mittelscharfer Senf
- 1 Prise Zucker
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle

1 GYROS VORBEREITUNG: Am Vortag die gut parierten Schweinefilets in 4 – 5 mm dünne Scheiben schneiden. Das Gyros-Gewürz nach Rezept zubereiten. (Es empfiehlt sich, dieses wirklich so zu zubereiten, und kein gekauftes zu nehmen).

Die dünnen Scheiben Filet lagenweise in ein verschließbares Gefäß legen, dabei jede Lage mit Olivenöl einpinseln und auch mit dem Gewürz großzügig bestreuen. (*Bild nächste Seite*)

Die Zwiebeln schälen, vierteln und dann in feine Streifen schneiden. Die Knoblauchzehen auch schälen und in hauchdünne Scheibchen schneiden.. – Dann in eine Schüssel geben und mit dem restlichen Olivenöl und restlichen Gewürz mischen. (*Bild nächste Seite*) – Nun über die zu marinierten Filetscheiben geben, Gefäß verschließen und im Kühlschrank mind. 12 Stunden marinieren.

2 GYROS FERTIG STELLEN: Das marinierte Gyros aus dem Kühlschrank nehmen, die Zwiebel-Knoblauch-Mischung vom Fleisch abheben und in einer Gusseisenpfanne bei milder Hitze 5 Minuten weich dünsten. – Öl wird nicht benötigt. Pfanne von der Kochplatte ziehen.

Eine Grillpfanne auf die Kochplatte stellen und die Hitze stark erhöhen. Nicht einölen, denn das Fleisch ist mit Öl schon mariniert. – Nun portionsweise die Pfanne mit den dünnen Filet-Scheibchen auslegen, mit einem Pfannenwender kräftig andrücken und auf jeder Seite je 10 Sekunden grillen. – Die angegebene Zeit reicht! – Grillscheiben in eine Schüssel geben. (Bei der angegebenen Menge muss man das ca. vier mal wiederholen.)

Grillpfanne vom Herd ziehen, Hitze reduzieren und die Gusseisenpfanne aufsetzen. Das Gyros aus der Schüssel nun mit der Zwiebel-Knoblauch-Mischung vermengen und unter wenden alles noch 3 Minuten garen. Mit Salz würzen und abschmecken. – Fertig.

3 TZATZIKI: Für das Tzatziki wie im vorgestellten Rezept arbeiten, nur die Menge in allen Positionen für vier Personen halbieren.

4 GRIECHISCHER SALAT: Den Romana-Salat unter kaltem Wasser abspülen, trocken schütteln und in 1 cm breite Streifen schneiden. – Gurke schälen und in Scheiben schneiden. – Tomaten

Dieses Rezept ist ein Service von www.feine-kueche.jimdo.com

vierteln und Strunk ausschneiden. – Kleine rote Zwiebeln in Ringe schneiden.

5 ZITRONEN-VINAIGRETTE: Alle Zutaten in ein Schüsselchen geben und mit dem Schneebesen gut verschlagen.

ANRICHTEN: Auf vorgewärmte Teller ein kleines Bett aus Romana-Salat auslegen. Darauf Gurkenscheiben auslegen mit etwas Dill bestreuen, Tomaten und Oliven darauf legen, den Feta-Käse grob zerkrümeln und darüber streuen und alles mit der Vinaigrette beträufeln. Die Teller mit dem Salat servieren. Schüsseln mit Gyros, Tzatziki und Pommes frites dazu stellen. – Jeder nimmt sich nach Lust und Laune und lässt es sich schmecken!

