



Griechische Souvlaki-Spieße mit Pitabrot

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Minutensteaks vom Schwein	600 g
Souvlaki Gewürz	1 EL
Öl	6 EL
Joghurt, natur	250 g
Wasser	100 ml
Salz	
Weizenmehl, Type 550	250 g
Backpulver	1 TL
Zitronen	1 St.
Petersilie, frisch	10 g
Pfeffer, schwarz	

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, große Pfanne, Küchenkrepp, Spieße

1. Minutensteaks vom Schwein waschen, trocken tupfen und in dicke Streifen schneiden. In einer Schüssel Fleisch mit Souvlaki Gewürz und 2 EL Öl vermengen. Zum Marinieren beiseitestellen.
2. Inzwischen in einer Schüssel 50 g Joghurt, Wasser, 2 EL Öl, und 1/2 TL Salz verrühren. Mehl und Backpulver zugeben und zu einem Teig verkneten. Teig in 4 Portionen teilen und zu etwa 1 cm dicken Fladen ausrollen.
3. Eine Pfanne mit sehr wenig Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Pitabrote nacheinander von jeder Seite ca. 2 Min. goldbraun backen.
4. Fleisch mit Salz würzen und jeweils 1 Streifen auf einen Holzspieß stecken. Eine weitere Pfanne mit 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Fleischspieße darin ca. 3 Min von jede Seite anbraten.
5. Inzwischen Zitrone halbieren und Saft auspressen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und fein hacken. In einer Schüssel restlichen Joghurt mit 2 EL Zitronensaft und Petersilie verrühren. Dip mit Salz und Pfeffer abschmecken. Souvlaki-Spieße mit Pitabrot und Joghurtdip servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu passt [Klassischer Griechischer Salat](#).

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	589 kcal
Kohlenhydrate	51 g
Eiweiß	46 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	22 g