Gyros-Toastie-Burger mit Zatziki und Dill-Gurken-Salat

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Salatgurken	2 St.
Salz	1 EL
Petersilie, frisch	15 g
Quark 40 % Fett i.Tr.	250 g
Zwiebeln, rot	2 St.
Pfeffer, schwarz	
Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein	600 g
Gyrosgewürz	1 TL
Weizenmehl, Type 405	3 EL
Öl	2 EL
Dill, frisch	30 g
Joghurt, natur	150 g
Essig	1 EL
Zucker	
Mehrkorntoastbrot	8 Scheiben

Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, Teller, große Pfanne, grobe Reibe

1. Gurken gründlich waschen und streifig schälen. 1 ½ Gurken mit einem Küchenhobel oder Küchenmesser in eine Schüssel fein hobeln oder schneiden. Gurkenscheiben mit 2 gestr. TL Salz vermengen. Ofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.

2. Übrige halbe Gurke mit einer Reibe in eine Schüssel grob raspeln und mit dem Quark vermengen. Zwiebeln halbieren und schälen. Eine Zwiebel fein würfeln, die andere quer in feine Scheiben schneiden. Petersilie zum Quark geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Schnitzel waschen, trocken tupfen, mit einem Fleischklopfer ca. 0,5 cm flach klopfen und quer halbieren. Rundherum salzen und mit dem Gyrosgewürz würzen. 3 EL Mehl auf einen Teller geben und Schnitzel rundherum mit Mehl bestäuben.

4. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen, Schnitzel darin ca. 3 Min. rundherum goldgelb braten und auf Küchenkrepp beiseitelegen. Dill waschen, trocken schütteln, gröbere Stiele entfernen und fein hacken.

5. Gurken mit den Händen gründlich ausdrücken, Gurkenwasser weggießen, Joghurt, Zwiebelwürfel und Dill unterrühren und mit 1 EL Essig, Zucker und Pfeffer abschmecken.

6. Toastbrötchen mit ein paar Tropfen Öl betupfen und auf einem Ofenrost für ca. 6 Min. im Ofen backen. Toasties auseinanderschneiden und Schnittflächen mit Zaziki bestreichen. Mit Schnitzeln und nach Belieben mit Zwiebelringen belegen. Toasties

zusammenklappen, auf Teller verteilen und zusammen mit dem Gurkensalat servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	594 kcal
Kohlenhydrate	66 g
Eiweiß	54 g
Ballaststoffe	10 g
Fette	13 g