



Puten-Gyros mit Bratkartoffeln und Zaziki

Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
🍲 35min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, vorw. festk.	1 kg
Olivenöl	3 EL
Salz	
Schalotten	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Bio Limetten	1 St.
Salatgurken	1 St.
Petersilie, frisch	15 g
Putenbrustfilet	600 g
Öl	3 EL
Joghurt, natur	200 g
Pfeffer, schwarz	
Hirtenkäse	250 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, mittlere Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Ofen auf 220 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln waschen, quer in ca. 1 cm breite Scheiben schneiden und auf einem Backblech mit 2 EL Olivenöl und je 1–2 Prisen Salz würzen. Im Ofen ca. 25 Min. goldgelb backen.
2. Inzwischen Schalotte halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Limette halbieren und den Saft auspressen. Gurke schälen, Enden entfernen und ein Drittel grob in eine Schüssel raspeln. Restliche Gurke der Länge nach vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Stücke schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und fein hacken.
3. Putenfilets waschen, trocken tupfen und in ca. 1 cm dünne Streifen schneiden. In einer Schüssel Schalotte und die Hälfte des Knoblauchs mit Putenstreifen, Salz und 1 EL Öl mischen und zum Durchziehen beiseitestellen. In einer weiteren Schüssel geraspelte Gurke, Joghurt und 1 EL Limettensaft mischen. Mit Salz, Pfeffer und übrigen Knoblauch abschmecken.
4. In einer Pfanne 2 EL Öl auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen das Putengyros darin zunächst ca. 2 Min. scharf anrösten. Temperatur auf niedrige Stufe stellen und das Gyros mit geschlossenem Deckel ca. 3–4 Min. fertig garen.
5. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen und zu den Gurken mischen. Hirtenkäse nach Belieben darüberbröseln. Puten-Gyros mit Bratkartoffeln und Zaziki auf Tellern anrichten und servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	683 kcal
Kohlenhydrate	48 g
Eiweiß	58 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	28 g