

FAMILIEN
KOST 

GYROS-SALAT

25 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



30 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

Für das Gyros:

- 500 g Schweinelachssteaks
- 1 EL Gyrosgewürz
- 1 EL Olivenöl

Für den Salat:

- 2 rote Zwiebeln
- 200 g Feta
- 2 Tomaten
- 1 ½ Gurken
- 4 EL Balsamico-Essig (weiß)
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Wasser
- 2 TL Zucker
- 2 EL Petersilie (glatte)
- Salz
- Pfeffer

Für den Zaziki:

- ½ Gurke
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Naturjoghurt
- 1 TL [Dill](#)



Gyros Salat Zubereitung:

1. **Salat zubereiten:** Zwiebel schälen, in dünne Scheiben schneiden - mit Balsamicoessig, Olivenöl, Wasser, Zucker, Salz und Pfeffer in eine Salatschüssel geben
2. Gurke waschen, halbieren, entkernen, in Würfeln schneiden. Tomate in Spalten schneiden. Petersilie waschen und grob hacken. Gurke, Tomaten und Petersilie unter die marinierten Zwiebeln mischen
3. Fetakäse würfeln und unter den Salat heben
4. **Zaziki anrühren:** Gurke schälen, entkernen, raspeln, ausdrücken - Knoblauch dazupressen.

mit Joghurt und Dill verrühren. mit Salz und Pfeffer abschmecken

5. **Gyros zubereiten:** Fleisch in 1 cm breite Streifen schneiden und mit Gyrosgewürz mischen. Olivenöl in Pfanne erhitzen und Fleisch darin etwa 5 Minuten scharf anbraten (nicht zu lange, sonst wird es trocken)
6. **Gyrossalat anrichten:** Salat auf 4 Teller verteilen. Gyros darüber geben. Zaziki als Dip dazu reichen

Ich empfehle dir, Salat, Fleisch und Tzatziki erst separat auf den Tellern zu mischen. Auf diese Weise kannst du übriggebliebene Reste einzeln im Kühlschrank verstauen und am nächsten Tag nochmal genießen. Sind alle Zutaten vermischt, wird der Salat matschig, das Fleisch weich und der Tzatziki wässrig.

Nährwerte pro Portion: 487 kcal | KH 16 g | E 38 g | F 29 g



Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöbere in unserem **Shop**.