

MARLEY SPOON



Rinder-Kebab mit Spitzpaprika

und Röstbrot



30-40Min.



2 Personen

Egal ob Dönerkebab, Köfte oder Baklava: die türkische Küche gehört inzwischen genauso zu Deutschland wie Bockwurst oder Kartoffelbrei und hat uns um viele Köstlichkeiten bereichert. Unser Koch Matthias hat deswegen heute eine Kebab-Variation für dich vorbereitet, die du dir mit geröstetem Pita-Brot, Spitzpaprika und zarter Rinderhüfte servierst. Dazu gibt es eine frische Joghurtsauce!

Was du von uns bekommst

- 3 Tomaten
- 1 Zwiebel
- 1 Packung Butter ⁷
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Rinderhüftsteak
- 1 rote Spitzpaprika
- 1 Packung Habeshas Berbere Gewürz
- 1 Packung Pita-Brot ^{1,6,11}
- 1 Knoblauchzehe

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- Backblech und Backpapier
- Backofen mit Grillfunktion
- große Pfanne

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Gluten (1), Sojabohnen (6), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

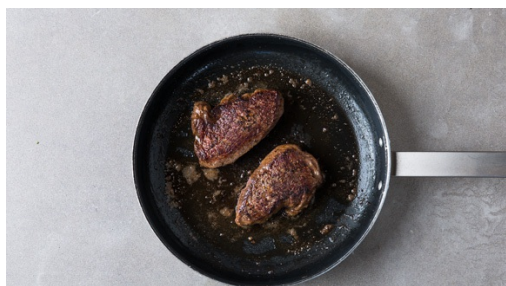
Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 765.0kcal, Fett 25.3g, Eiweiß 51.1g, Kohlenhydrate 75.5g



1. Brot grillen

Fleisch aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen. Den Grillofen auf 250°C vorheizen. Das **Pitabrot** in schräge Streifen schneiden und mit **Butter** bestreichen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und für ca. 2-3Min. im Ofen rösten.



4. Steaks braten

Inzwischen das **Fleisch** mittig halbieren, die **Steaks** von beiden Seiten mit **Gewürz** einreiben und in 1-2EL Olivenöl in einer großen, ofenfesten Pfanne ca. 1-2 Min von jeder Seite auf mittlerer Hitze anbraten. Dann für weitere ca. 5-8Min. in den Ofen geben. Die Garzeit kann je nach Dicke des Fleisches variieren.



2. Gemüse schneiden

Inzwischen die **Paprika** längs halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in Streifen schneiden. Die **Tomaten** in Spalten schneiden. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen, die **Zwiebeln** in Spalten schneiden, den **Knoblauch** in Scheiben.



5. Joghurtsauce mischen

Den **Joghurt** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



3. Gemüse grillen

Sobald das **Brot** fertig ist, vom Blech nehmen und vorerst zur Seite stellen. Nun die **Paprika** mit **Knoblauch**, **Zwiebelspalten** und **Tomaten** auf dem Blech verteilen, mit 1-2EL Olivenöl, Salz und Pfeffer mischen und ca. 8-10Min. im Ofen grillen.



6. Fertigstellen

Das **gegrillte Gemüse** auf den **Brotstreifen** verteilen. Das **Fleisch** in schräge Streifen schneiden und darauf garnieren, mit **Joghurtsauce** servieren.