



Schnelle Schweine-Souvlaki

mit griechischem Bauernsalat



20-30Min.



3-4 Personen

Fleisch auf Spießen ist einfach unwiderstehlich! Erst recht, wenn es sich wie hier um zartes Schweinerückensteak handelt, das mit einer aromatischen Marinade gewürzt wird und nur schnell in der Pfanne gebraten werden muss. Dazu gibt es einen knackigen griechischen Salat mit cremigem Fetakäse und viel frischer Petersilie.

Was du von uns bekommst

- 20g frische Petersilie
- 8 Schaschlik-Holzspieße
- 300g Hirtenkäse⁷
- 2 Gurken
- 20g griechische Gewürzmischung
- 2 Packungen Schweinerückensteak
- 1 rote Zwiebel
- 1 Packung Tomaten

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- große Pfanne

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

Allergene

Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

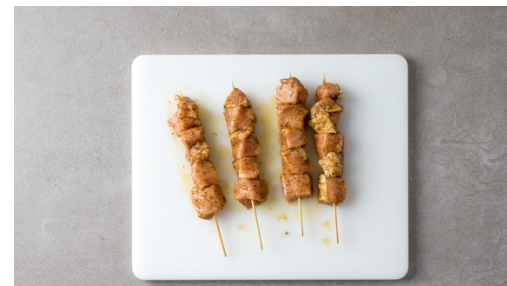
Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 550.0kcal, Fett 34.9g, Eiweiß 47.4g, Kohlenhydrate 8.5g



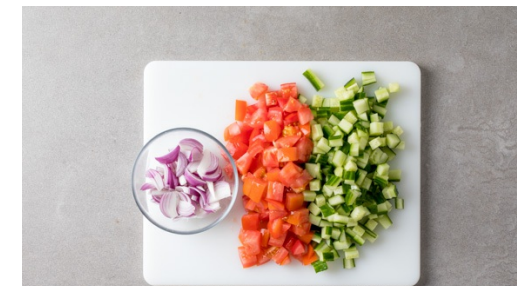
1. Fleisch schneiden

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in ca. 2x2cm große Würfel schneiden.



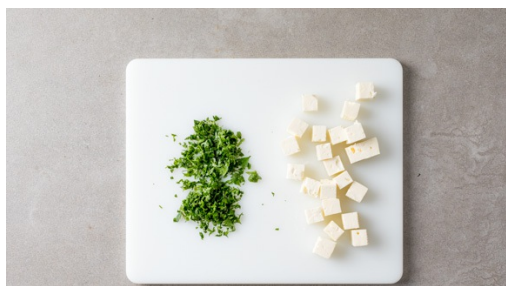
2. Fleischspieße zubereiten

Ca. 1-2EL Olivenöl mit **1-2TL der Gewürzmischung** verrühren. **Tipp:** Wer mag, kann je nach Geschmack auch mehr **Gewürzmischung** verwenden. Die **Fleischwürfel** gut mit dem **Gewürzöl** mischen und anschließend gleichmäßig verteilt auf die **Holzspieße** ziehen. Bis zur weiteren Verwendung beiseitestellen.



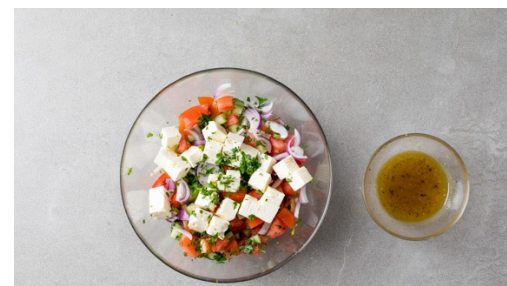
3. Salat vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren, in feine Halbringe schneiden und leicht salzen. Die Enden der **Gurke** abschneiden, dann die **Gurke** längs halbieren und quer in ca. 1cm breite Scheiben schneiden. Die **Tomaten** halbieren und in ca. 1cm große Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen.



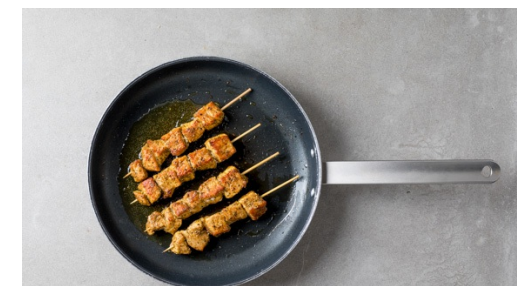
4. Hirtenkäse würfeln

Den **Hirtenkäse** in ca. 1cm große Würfel schneiden oder mit den Fingern in grob zerkrümeln. Die **Petersilienblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken.



5. Salat mischen

Für das **Dressing** ca. 2-3EL Olivenöl, 1-2TL Essig und die **restliche Gewürzmischung nach Geschmack** in einer großen Schüssel verrühren. Die **Zwiebeln**, die **Gurken**, die **Tomaten**, den **Käse** und die **Petersilie** mit dem **Dressing** vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Souvlaki braten

Die **Spieße** in einer großen Pfanne mit ca. 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze von allen Seiten 2-3Min. scharf anbraten, bis das **Fleisch** durchgegart ist. Die **Souvlaki** mit dem **Salat** anrichten und servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**