



Hähnchen-Schawarma im Pitabrot

mit Gurkenjoghurt und Tomatensalat



20-30Min.



3-4 Personen

Hähnchen-Schawarma im Brot ist zu Recht ein Klassiker der orientalischen Küche. Der Orient ist gerade zu weit weg? Kein Problem, wir liefern dir heute alles, was du brauchst, um diesen Genuss ganz easy selbst zu erleben: zartes Hähnchenfleisch und die richtige Würzmischung, knackig-frische Gurke, Zwiebel und Tomaten, cremigen Joghurt, Kräuter satt und Pitabrot!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Berbere-Gewürzmischung
- 1 Gurke
- 20g frische Petersilie und Minze
- 2 Becher Joghurt ⁷
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 5 Tomaten
- 1 Packung Pitabrot ¹

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 579.0kcal, Fett 15.4g, Eiweiß 38.0g, Kohlenhydrate 68.7g



1. Hähnchen würzen

Den Backofen auf 180°C Umluft (200°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Hähnchenbrust** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in lange, ca. 1cm dünne Streifen schneiden. Mit 1EL Olivenöl, der **Gewürzmischung nach Geschmack** sowie 1 Prise Salz würzen.



2. Gurke reiben

Die **Gurke** mit der groben Seite einer Küchenreibe in eine Schüssel raspeln, mit 1 Prise Salz vermengen und beiseitestellen. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die **Petersilie samt Stängeln** ebenfalls fein hacken.



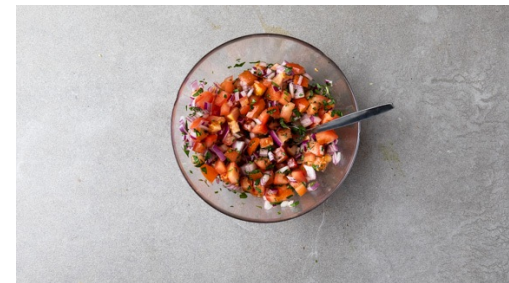
3. Joghurt mischen

In einem Sieb die Flüssigkeit der **Gurken** mit den Händen so gut wie möglich auspressen. Dann die **Gurken** mit der **1/2 der Minze** und der **1/2 der Petersilie** unter den **Joghurt** mischen. Den **Kräuter-Gurken-Joghurt** mit Salz und Pfeffer abschmecken.



4. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen, halbieren, in feine Würfel schneiden und getrennt voneinander aufbewahren. Die **Pitabrote** im Ofen ca. 2-3Min. aufbacken.



5. Tomatensalat zubereiten

Die **Tomaten** in kleine Würfel schneiden, dabei den Strunk entfernen. Die **Tomatenwürfel** mit den **Zwiebeln**, der restlichen **Minze** und der restlichen **Petersilie** vermengen und den **Salat** mit 1EL Olivenöl, Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Pitabrote füllen

Die **Hähnchenstreifen** in einer großen Pfanne mit 1-2TL Olivenöl für ca. 2-3 Min. auf hoher Stufe rundum scharf anbraten. Den **Knoblauch** zugeben und kurz mitbraten. Die **Pitabrote** aufschneiden und nach Belieben mit dem **Hähnchen**, dem **Kräuter-Gurken-Joghurt** und dem **Tomatensalat** füllen und servieren. **Tipp:** Falls **Salat** übrig bleibt, diesen dazu 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**