

Griechischer Gyrosteller mit Reis
REZEPT

Griechischer Gyrosteller mit Reis



<?xml version="1.0"?>

ZUBEREITUNGSZEIT

15 Min

ZUTATEN

11 Stück

PORTION(EN)

2 x

Fernweh? Dieser leichte Gyrosteller mit Reis bringt ein Stück Griechenland zu dir nach Hause.

TEILEN

- [Pinterest \(opens in new window\)](#)
- [Facebook \(opens in new window\)](#)
- [Twitter \(opens in new window\)](#)
- [Download \(opens in new window\)](#)
- [Drucken \(opens in same window\)](#)

ZUTATEN

- 1 BEN'S ORIGINAL™ Express-Reis Griechisch 220g - Djuvec Reis
- ½ rote Paprikaschote
- 1 EL Öl zum Braten
- 250 g fertig gewürztes Gyrosfleisch
- 100 g Feta-Käse

- 100 g Sauerrahm
- 100 g Joghurt natur
- ½ Gurke
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer
- ½ TL Zitronensaft

ZUBEREITUNG

1. 1
100 g Joghurt und 100 g Sauerrahm in eine Schüssel geben.
2. 2
Gurke waschen, schälen, sehr klein würfeln oder auch reiben und in die Schüssel geben.
3. 3
Knoblauch schälen, Knoblauchzehe durch eine Knoblauchpresse drücken und in den Joghurt rühren. Mit Salz, Pfeffer und 1/2 TL Zitronensaft abschmecken.
4. 4
Gyrosfleisch in der Pfanne mit 1 EL Öl für ca. 5 Minuten stark anbraten und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.
5. 5
Während das Fleisch in der Pfanne brät, die Paprika waschen, den Strunk entfernen. Anschließend in sehr feine Streifen schneiden und ebenfalls in die Pfanne geben.
6. 6
BEN'S ORIGINAL™ Express-Reis Griechisch - Djuvec Reis nach Packungsanleitung zubereiten und den Feta fein würfeln.
7. 7
Pfanneninhalt, Reis und Feta-Würfel anrichten und mit dem Tzatziki genießen. Guten Appetit!

NÄHRWERTE PRO PORTION:

Energie: 670 kCAL
 Kohlenhydrate: 52 g
 Protein: 37 g
 Fett: 33,7 g

KATEGORIEN:

[Reispfanne](#), [Fleisch](#), [Für jeden Tag](#), [Gut vorzubereiten](#), [Proteinreich](#), [15 - 30 MIN](#), [Griechisch-Djuvec Reis](#)

WEITERE REZEPTE



TexMex-Pfanne mit Reis

Zubereitungszeit

33 Min

Zutaten

11 Stück

[MEHR DETAILS](#)



Mediterrane Reispfanne mit Rucola und Mandeln

Zubereitungszeit

26 Min

Zutaten

8 Stück

[MEHR DETAILS](#)



Puten Souvlaki Spieße mit griechischem Spinatreis

Zubereitungszeit

30 Min

Zutaten

10 Stück

[MEHR DETAILS](#)

Source URL: <https://de.bensoriginal.com/recipes/griechischer-gyrosteller-mit-reis>