

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-Diuvec 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