

Griechischer Gyrosteller mit Reis
REZEPT

Griechischer Gyrosteller mit Reis



ZUBEREITUNGS 15 Min

ZEIT

ZUTATEN 11 Stück

PORTION(EN) 2 x

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

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. 100 g Joghurt und 100 g Sauerrahm in eine Schüssel geben.
2. Gurke waschen, schälen, sehr klein würfeln oder auch reiben und in die Schüssel geben.
3. Knoblauch schälen, Knoblauchzehe durch eine Knoblauchpresse drücken und in den Joghurt rühren. Mit Salz, Pfeffer und 1/2 TL Zitronensaft abschmecken.
4. Gyrosfleisch in der Pfanne mit 1 EL Öl für ca. 5 Minuten stark anbraten und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen.
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. BEN´S ORIGINAL™ Express-Reis Griechisch - Djuvec Reis nach Packungsanleitung zubereiten und den Feta fein würfeln.
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



Mediterrane Reispfanne mit Rucola und Mandeln

Zubereitungszeit

26 Min

Zutaten

8 Stück



Puten Souvlaki Spieße mit griechischem Spinatreis

Zubereitungszeit

30 Min

Zutaten

10 Stück

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