

# GYROS AUS DER PFANNE

MIT OLLI'S GEWÜRZMISCHUNG

## ZUBEREITUNG

-

Die Koriandersaat in einer Pfanne unter ständigem Rühren anrösten. Die Körner dürfen etwas Farbe annehmen, sollten aber nicht zu dunkel werden. Kurz abkühlen lassen.

Alle Gewürze in den Mörser geben und gut zermahlen.

Olivenöl und Sonnenblumenöl im Verhältnis 1 : 1 mischen. Die Gewürzmischung in ein passendes Schraubglas geben und mit dem Öl bis etwa 1 cm über der Gewürzmischung auffüllen. Noch einmal gut aufrühren.

Das Fleisch der Wahl mit einem scharfen Messer in Streifen schneiden.

Knoblauch in feine Scheiben und geschälte rote Zwiebeln in Halbringe schneiden und mit dem Fleisch vermengen.

Gewürzöl aufrühren und etwa 4-6 Esslöffel zum Anbraten bei Seite stellen.

Das Fleisch mit der größeren Menge Öl marinieren und ca. 12 bis 24 Stunden ziehen lassen.

Vor dem Servieren das durchmarinierte Fleisch in einer vorgewärmten Pfanne anbraten und mit Meersalz, Rohrzucker sowie etwas Gewürzöl abschmecken. Tipp: Nicht zu heiß braten, da die Gewürze sonst zu stark verbrennen. Nach Geschmack mit frischer Petersilie und/oder Oregano toppen.

## DAZU PASST

-

Frisch gekochter Reis, eingelegte Jalapenos, cremiger Tsatsiki, knackiger Krautsalat, lauwarmer Feta und eingelegte Oliven.

## ZUTATEN

-

### GEWÜRZMISCHUNG

2 TL Thymian, getrocknet

2 TL Oregano, getrocknet

1 TL Majoran, getrocknet

1 TL Kreuzkümmel

2 TL Paprikapulver, geräuchert

1 TL Pfeffer aus der Mühle

1/2 TL Chiliflocken

2 TL Koriandersaat

Olivenöl

Sonnenblumenöl

### GYROS

Fleisch wahlweise Schweinenacken,

Hähnchen - oder Putenbrust

ca. 250 g pro Person

1 Zehe Knoblauch

1 rote Zwiebel, mittelgroß

Prise Meersalz

Prise brauner Rohrzucker

Frische Kräuter