



Schnelles Shawarma-Hähnchen

an Bulgursalat mit Pistazien und Dip



20-30min



2 Personen

Mmmh, wir lieben die orientalische Küche mit ihren verlockenden Düften, den frischen Kräutern und leckeren Gewürzen! Hier haben wir alles in einem köstlichen Gericht vereint: zart-würziges Hähnchenfleisch, einen lockeren Bulgursalat mit Oliven, Gurken, Paprika und Minze, marinierte rote Zwiebeln, einen feinen Joghurdip mit Dill sowie geröstete Pistazienkerne.

- 1 Packung Hähnchenbrustfilet
- 1 Päckchen Schawarma-Gewürzmischung
- 1 rote Zwiebel
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Minigurke
- 10g frische Minze & Dill
- 1 Päckchen schwarze Oliven
- 1 Becher Joghurt ⁷
- 1 Päckchen Pistazienkerne ¹⁵
- 1 Paprika

- Salz und schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- mittelgroßer Kochtopf mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- kleine Pfanne
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Energie 673kcal, Fett 22.0g,
Kohlenhydrate 66.5g, Eiweiß 45.3g



4. Bulgursalat zubereiten

2. Fleisch braten

5. Dip zubereiten

3. Zwiebel marinieren

6. Pistazien anrösten

Die **Pistazien** in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten. Die **Paprika** vierteln, entkernen, in dünne Streifen schneiden und unter den **Bulgur** mischen. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann die **Hähnchenstreifen** mit dem **Dip** auf dem **Bulgursalat** anrichten und mit den **Zwiebelstreifen**, den **Pistazien** und der **restlichen Minze** garniert servieren.