



RS Veggie-Steak türkische Art

mit Röstgemüse, Vollkornpita und Joghurt



30-40min



4 Portionen

Ein Gericht inspiriert von der türkischen Küche, in der Grillgerichte gerne mit erfrischend kühlem Joghurt serviert werden. So auch in unserem heutigen Rezept, in welchem vegane Steakstreifen auf einem Bett aus geröstetem Gemüse und Vollkornpitabrot thronen und mit besagtem Joghurt garniert serviert werden. Afiyet olsun!

- 4 Pck. veganes Steak ³
- 2 Paprika
- 4 Tomaten
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Pck. Vollkornpitabrot ¹
- 1 Pck. nordafrikanische Gewürzmischung
- 2 Becher Joghurt ²

- 1EL Butter²
- Olivenöl
- Salz und Pfeffer

- Backofen mit Grillfunktion
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne

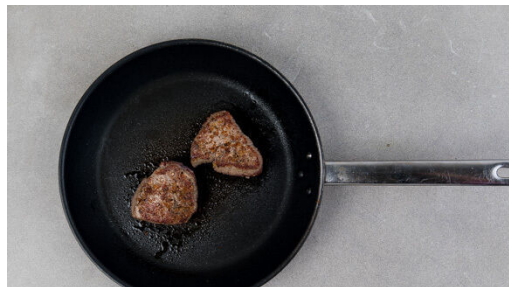
Allergene

Gluten (1), Milch (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 551kcal, Fett 20.6g,
Kohlenhydrate 51.4g, Eiweiß 38.2g



Die **veganen Steaks** aus dem Kühlschrank nehmen und Raumtemperatur annehmen lassen. Den Backofen mit Grillfunktion oder Ober-/Unterhitze auf 250°C vorheizen. Inzwischen die **Paprika** längs halbieren, entkernen und in Streifen schneiden. Die **Tomaten** in Spalten schneiden. Die **Zwiebeln** schälen und ebenfalls in Spalten schneiden. Den **Knoblauch** schälen und in feine Scheibchen schneiden.



Die **veganen Steaks** trocken tupfen und mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer sowie der **Gewürzmischung** einreiben. Die **veganen Steaks** in einer großen Pfanne mit 2 EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten 3-4 Min. goldbraun braten. Aus der Pfanne nehmen und bis zum Servieren auf einem Teller abgedeckt ruhen lassen.



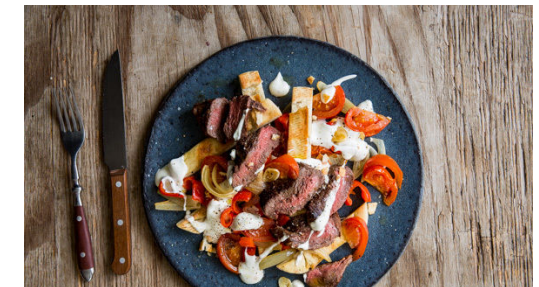
Die **Pitabrote** in breite Streifen schneiden und mit insgesamt 1EL Butter bestreichen. Auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben und 4–6Min. im Ofen rösten. Das **Brot** soll nicht zu knusprig werden.



Den **Joghurt** glatt rühren und nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.



Das geröstete **Brot** vom Blech nehmen und beiseitestellen. Die **Paprika**, die **Tomaten**, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** auf dem Blech mit 2EL Olivenöl und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer mischen, gleichmäßig verteilen und 8-10Min. im Ofen grillen.



Das **Grillgemüse** auf den **Brotstreifen** verteilen. Die **veganen Steaks** schräg in Tranchen schneiden, auf dem **Gemüse** anrichten und mit **Joghurtsauce** garniert servieren.

Verzichte auf gedruckte Rezepte – ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**
Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an. **#marleyspooning**