MARLEY SPOON



Gyros-Hähnchen mit Karotten-Tahini-Creme

an Ofenkartoffeln und Rotkohlsalat

ca. 45min 3 Portionen

Lecker mal vier! Saftiges Gyros-Hähnchen, warme, goldbraune Ofenkartoffeln, knackiger Rotkohlsalat und cremig-aromatische Karotten-Tahini-Creme sind allesamt Teil einer Gleichung, an deren Ende nur eins stehen kann: ein rundum gelungenes Abendessen. Na gut, das Matheding sollten wir vielleicht besser sein lassen und uns stattdessen aufs Kochen konzentrieren, aber unsere Botschaft wurde klar: Dieses Gericht ist der Hammer!

Was du von uns bekommst

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 2 Karotten
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Rotkohl
- 10g Minze
- 50g Tahini [1]
- 2 Hähnchenbrustfilets
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- große Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp
Für feine Rotkohlstreifen am besten 1–2 Blätter aufeinander legen, fest zusammenrollen und dann in sehr feine Streifen schneiden.

Allergene
Enthält: **Sesamsamen** (1).

Kann Spuren enthalten von: Gluten, Erdnüsse, Schalenfrüchte

Nährwertangaben pro Portion
Energie 729kcal, Fett 33.6g, Kohlenhydrate 61.5g, Eiweiß 39.9g



1. Gemüse vorbereiten

Den Ofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** längs halbieren, mit 1½EL Pflanzenöl und ½TL Salz einreiben und mit den Schnittflächen nach oben auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Die **Karotten** ggf. schälen, längs halbieren und quer in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Mit 1½EL Pflanzenöl und ½TL Salz vermengen und neben den **Kartoffeln** aufs Blech geben.



2. Rotkohl einlegen

Den **Knoblauch mit Schale** zum **Gemüse** aufs Blech geben und alles im Ofen ca. 15Min. rösten. Den **Rotkohl** in feine Streifen schneiden. 6EL hellen Essig mit 1EL Zucker und ½TL Salz verrühren, den **Rotkohl** zugeben und gründlich mit der Essigmischung verkneten. Die **Minzeblätter** von den Stängeln zupfen und in feine Streifen schneiden.



3. Gemüse rösten

Nach ca. 15Min. Backzeit den **Knoblauch** vom Blech nehmen, das **restliche Gemüse** zurück in den Ofen geben und weitere 5–10Min. backen, bis die **Karotten** weich und gebräunt sind. Die **Karotten** vom Blech nehmen und die **Kartoffeln** weitere 5–10Min. rösten, bis sie weich genug sind, dass sie sich leicht mit einem Messer einstechen lassen.



4. Creme zubereiten

Die **gerösteten Knoblauchzehen** aus der Schale drücken und mit den **Karotten**, der **Tahini**, 2EL Essig, 250ml Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß cremig pürieren.



5. Fleisch braten

375g Fleisch mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in Streifen schneiden. In einer großen Pfanne mit 1½EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 4–6Min. rundum goldbraun und gar braten, mit ½TL Salz würzen.



6. Fertigstellen & servieren

Das **Fleisch** vom Herd nehmen und mit der **Gewürzmischung** vermengen. Die **Kartoffeln** mit der **Karotten-Tahini-Creme**, dem **Fleisch** und dem **Rotkohlsalat** anrichten und mit der **Minze** 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**