MARLEY SPOON



Gyros-Hähnchen mit Karotten-Tahini-Creme

an Ofenkartoffeln und Rotkohlsalat

ca. 45min 2 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

- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 1 Karotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Stück Rotkohl
- 10g Minze
- 25g Tahini [1]
- 1 Hähnchenbrustfilet
- 1 Pck. griechische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- mittelgroße Pfanne
- 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 676kcal, Fett 31.1g, Kohlenhydrate 55.7g, Eiweiß 38.9g



1. Gemüse vorbereiten

Den Ofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** längs halbieren, mit 1EL Pflanzenöl und ½TL Salz vermengen und mit den Schnittflächen nach oben auf einem mit Backpapier ausgelegten Blech verteilen. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und quer in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Mit 1EL Pflanzenöl und etwas 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. 3EL hellen Essig mit 1½TL Zucker und 1 kräftigen Prise Salz verrühren, den **Rotkohl** zugeben und gründlich mit der Essigmischung verkneten. Die **½ der 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**, 1EL Essig, 125ml Wasser und je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer in einem hohen Gefäß cremig pürieren.



5. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen und in Streifen schneiden. In einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL 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 **½ 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**