MARLEY SPOON



# Gyros-Hähnchen mit Karotten-Tahini-Creme

an Ofenkartoffeln und Rotkohlsalat

ca. 45min  6 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
- 1 Pck. festkochende Kartoffeln
- 3 Karotten
- 3 Knoblauchzehen
- 3 Stücke Rotkohl
- 10g Minze
- 75g Tahini [1]
- 3 Hähnchenbrustfilets
- 2 Pck. griechische Gewürzmischung

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- 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 685kcal, Fett 31.1g, Kohlenhydrate 57.5g, Eiweiß 39.0g



### 1. Gemüse vorbereiten

Den Ofen auf 240°C (220°C Umluft) vorheizen. Die **Kartoffeln** längs halbieren, mit 3EL Pflanzenöl und ½EL 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 3EL Pflanzenöl und ¾TL 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. 9EL hellen Essig mit 1½EL Zucker und ¾TL 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.



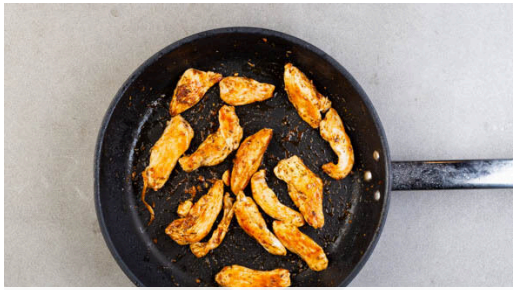
### 4. Creme zubereiten

Die **gerösteten Knoblauchzehen** aus der Schale drücken und mit den **Karotten**, der **Tahini**, 3EL Essig, 350ml 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 großen Pfanne mit 3EL Pflanzenöl bei starker Hitze in 4–6Min. rundum goldbraun und gar braten, mit 1TL 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**