Hähnchengyros

Fertig zubereitetes Gyrosfleisch zum selbst rausbraten gibt es mittlerweile in fast jedem Supermarkt zu kaufen. Doch Schweinefleisch ist nicht unbedingt jeder Manns Sache. Auch ich bevorzuge Hähnchenfleisch und habe daher für den Pfannengyros für unterwegs meine eigene Kreation dieses leckeren Pfannenklassikers entwickelt. Da das Fleisch 24h marinieren sollte, so dass es die Gewürzmischung aufnehmen kann, bereitet man es am besten am Vorabend zu und hat dann am nächsten Tag ein schnelles und leckeres Essen auf dem Campingtisch.

Zutaten für 3 Personen:

600gr. Hähnchenbrustfilet
4EL Öl
4EL Gyrosgewürz
2 Zwiebel
4 Knoblauchzehen

1. Hähnchenbrustfilet in dünne Streifen schneiden und mit 2-3EL Öl und dem Gyrosgewürz gut miteinander verkneten.
2. Zwiebel halbieren und in Scheiben schneiden, Knoblauchzehen schälen und in kleine Stücke hacken
3. Zu den Hähnchenstreifen geben und alles miteinander vermengen, damit alle Zutaten gleichmäßig verteilt sind
4. Fleischmischung in einem Gefrierbeutel für 24Std. im Kühlschrank marinieren lassen
5. Am nächsten Tag zuerst im Gefrierbeutel durchkneten, dann in 1 EL Öl scharf anbraten, bis alle Bestandteile des Hähnchengyros eine leichte Braunfärbung annehmen

Dazu schmeckt Krautsalat und Tzatziki, Pommes aus dem Omnia oder ein griechischer Reis (mit gehackten Tomaten und Erbsen).

Als Gyrosgewürz könnt Ihr entweder eine, der diversen in den Supermärkten erhältlichen, Gewürzmischungen verwenden, oder Ihr mischt es Euch selbst an.

Hierfür hat meine Freundin Marlies auf ihrem Foodblog (eat-and-enjoy.de) eine sehr leckere Mischung veröffentlicht, die Ihr Euch zu Hause in größerer Menge anrühren und mitnehmen oder auch unterwegs mit den entsprechenden Kräutern zubereiten könnt. Hier gelangt Ihr zum Gyrosgewürz.