

LupinenGYROS im Döner

ZUTATEN für 2 Personen

2 Dönerbrote/Fladenbrote

1 Paprika

1 rote Zwiebel

Eisbergsalat

1 Paket **LupinenGYROS**

optional Zatar-Gewürz und Zitronensaft

Für das Zaziki:

150g Sojajoghurt (Zucker frei)/ Seidentofu

1 TL Zitronensaft

1/2 Knoblauchzehe

Salz & Pfeffer

1 TL Olivenöl

1/4 Stück Gurke

1 Tomate

Für den Krautsalat:

2EL Olivenöl

1EL Zucker

2EL Essig

100g geraspelten Weißkohl

Salz

ZUBEREITUNG

Für das Zaziki die Gurke raspeln, salzen und circa zehn Minuten stehen lassen. Danach in einem Küchentuch ausdrücken und mit dem Joghurt/Seidentofu (püriert), Zitronensaft, Knoblauch (zerdrückt), Salz, Pfeffer und Olivenöl vermischen. Zaziki dann eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

Für den Krautsalat das Olivenöl mit Zucker und Essig erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Gemisch über Weißkohl gießen, salzen und mit den Händen fünf Minuten gut durchkneten (ggf. über Nacht ziehen lassen).

Nun die Brote kurz toasten. Gyros in Olivenöl kross anbraten. Gemüse schneiden, Brot von innen mit Zaziki bestreichen und den Rest nach Belieben im Fladenbrot verteilen. Am Ende noch einen Klecks Zaziki, etwas Zitronensaft und Zatar-Gewürzmischung darüber geben.
– fertig ist der fantastische Lupinen Döner von S.

Dallmann

TIPP: Hier findet ihr noch mehr vegane Rezepte von S. Dallmann. <https://futterfight.wordpress.com/>

