



Foto: Anette Erdogan

Gyros aus Sojaschnitzeln

Zutaten (für 10 Personen)

Für das vegane Gyros

- 750 g Sojaschnitzel
- 1250 ml Gemüsebrühe
- 10 El Gyrosgewürz (Alternativ selber mischen aus: Korianderpulver, Pfeffer, Thymian, Chili-Flocken, Kreuzkümmel, Majoran, Oregano, Paprikapulver, Zwiebelpulver und Knoblauchpulver)
- 6 El Olivenöl zum Marinieren und Braten

Für das Zaziki

- 1200 g Joghurt od. Sojajoghurt (ungesüßt)
- 2-3 Salatgurken
- 3 El Senf (optional)
- 3 Knoblauchzehen, gepresst
- etw. Salz und Pfeffer

Griechischer Salat

- 6 große Tomaten
- 2-3 Salate (Romana, Kopf- od. Eisbergsalat)
- 3 rote Zwiebeln
- schwarze Oliven
- Peperoni

Auch gut dazu

- Optional passen dazu Reis, Pitabrot oder Pommes



Zubereitung

Vorbereitung veganes Gyros

1. Die Sojaschnitzel mit kochender Gemüsebrühe übergießen und mindestens 30 min. quellen lassen.
2. Anschließend abgießen und die überschüssige Flüssigkeit aus den Sojaschnitzeln pressen. Es ist wichtig, möglichst viel von der Flüssigkeit wegzupressen, damit die Schnitzel beim Braten knusprig werden.
3. Zusammen mit dem Gyrosgewürz und etwas Öl in eine Schüssel geben, vermengen und beiseitestellen.

Für das vegane Zaziki

4. Die Gurke fein raspeln.
5. Joghurt, evtl. Senf, Knoblauch und Gewürze in eine Schüssel geben und verrühren.
6. Zuletzt die Gurkenraspel unterheben und in kühl stellen.

Für den griechischen Salat

7. Die Tomaten und den Salat waschen und in die gewünschte Form schneiden.
8. Zwiebeln schälen und Ringe schneiden.
9. Salat, Tomaten, Zwiebelringe, Oliven und Peperoni anrichten oder mischen.

Für den veganen Gyrosteller

10. Die vorbereiteten Sojaschnitzel in einer Pfanne knusprig braten.
11. Das fertige vegane Gyros mit Zaziki und Salat servieren.

