



Rezept des Tages:

Vegetarischer Döner

Zutaten für 4 Personen:

500 g Soja-Geschnetzeltes
2 TL Rapsöl
2 TL Paprikapulver, edelsüß
1 Msp. Chiliflocken, getrocknet
100 g Krautsalat
100 g Eisbergsalat
100 g Rotkohlsalat
2 EL Tzatziki
1 Fladenbrot



Schwierigkeitsgrad: leicht

Zubereitungszeit 25 Minuten:

Schritt 1: Das Soja-Geschnetzelte nach Packungsanleitung einweichen, anschließend leicht auswringen. das Rapsöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und das Geschnetzelte rundherum für ca. 6 Minuten goldbraun braten. Mit Paprikapulver, Chiliflocken, Salz und Pfeffer abschmecken und auf geringer Hitze heiß halten.

Schritt 2: Das Fladenbrot vierteln und entweder in einem vorgeheizten Backofen bei 160°C Umluft oder in einer Grillpfanne anrösten.

Schritt 3: Das warme Fladenbrot mit Tzatziki, Rotkohlsalat, Eisbergsalat, Krautsalat sowie Sojageschnetzelten befüllen

Pro Portion etwa: 310 kcal

Guten Appetit!