

Falafel für ins Fladenbrot

von Jonas Rindlisbacher

Mengen für 10 Personen

5.0 Stück Knoblauchzehen	
3.0 Stück Zwiebeln	
3.0 Stück Pepperoni	
10 g Oregano	
10 g Thymian	
6.0 TL Kreuzkümmel	
1.0 g Cayennepfeffer	
3 cl Zitronensaft	
5.0 g Paprika	Peperoni mit Zwiebeln und Knobli in der Bratpfanne dünsten, dann würzen.
2.0 dl Öl	
500 g Falafel	Falafel in der Bratpfanne anbraten
300 g Eisberg	
5.0 Stück Tomaten	Fein schneiden und als Toppings bereitstellen
500 g Nature Joghurt	

1. Schnitzel quer in feine Streifen à ca. 3 mm schneiden. In eine Schüssel geben. Knoblauch dazupressen. Zwiebeln halbieren, in feine Streifen schneiden. Peperoni halbieren, entkernen, in feine Streifen schneiden. Beides mit dem Zitronensaft zum Fleisch geben.

2. Oregano, Thymian, Paprika, Kreuzkümmel und Cayennepfeffer in einer Schale mischen. Gewürze gut mit dem Fleisch und Gemüse mischen. Zugedeckt ca. 12 Stunden oder über Nacht marinieren.

3. Tomaten in Würfelchen schneiden. Salat in feine Streifen schneiden. Öl in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen, Fleisch portionenweise ca. 5 Minuten braten, salzen. Zugedeckt beiseitestellen. Alles Fleisch nochmals in die Pfanne geben und erhitzen. Fladenbrote mit Salat belegen. Gyros und Tomatenwürfelchen darauf verteilen. Joghurt darüberträufeln. Nach Belieben Oregano und Cayennepfeffer darüberstreuen, alles einrollen. Dazu passen Pommes frites oder Brat/Ofenkartoffeln