

# gefüllte Pita Brote mit Seitan von Sidi

Mengen für 10 Personen

Gewürze: Pfeffer, Salz

20 Stück türkisches Fladenbrot

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| * 2.22 Stück Gurken         | waschen und rädeln  |
| 1.0 Stück Salat             | waschen und schneiden   |
| 1.0 kg Rüebli               | Waschen und raffeln   |
| 5.0 Stück Tomaten           | waschen und schneiden fein<br>Tomaten, Gurke und Salat kann nun auf die Seite getan werden  |
| 1.0 kg Tofu                 | oder Seitan in Streifen schneiden. Mit Paprika, Kreuzkümmel, Knoblipulver, Salz & Pfeffer würzen. In Öl auf hoher Stufe anbraten.   |
| 250 g Ketchup               |   |
| 150 g Mayonnaise            |   |
| 1.0 cl Zitronensaft         | Zusammenmischen   |
| 2.0 g Avocado               | 2 weiche Stück  |
| 250 g Creme fraiche Kräuter |   |
| 1.0 Stück Zitronen          | auspressen. Die Avocados mit einer Gabel zerdrücken. Den Zitronensaft und das Creme Fraiche dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. |

\* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g

Es ist ideal für eine Schnelle Mahlzeit und jeder kann frei wählen, was man im Pita haben möchte.