

Seitan-Döner

Zutaten für das Zaziki (für 4 Personen):

- 250 g Quark
- 250 g griechischer Joghurt
- 3 Stiele Dill
- 1 Gurke
- 2 Zehen Knoblauch
- Salz
- Pfeffer

Quark und Joghurt in einer Schüssel verrühren. Gurke säubern, halbieren und das Kerngehäuse herauskratzen. Das Gurkenfleisch hobeln. Dill säubern und fein hacken, Knoblauch schälen, pressen oder fein reiben. Alle vorbereiteten Zutaten zum Joghurt geben und verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Zutaten für den Döner:

- Eisbergsalat
- Tomaten
- Zwiebeln
- Gurke
- Rotkohl
- 250 g dicker Seitan
- Olivenöl
- 1,5 TL geräuchertes Paprikapulver
- 1 Prise Kreuzkümmel
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 TL Chiliflocken
- Salz
- Pfeffer
- 1 großes Fladenbrot
- Chilisoße

Alle Einlagen (Menge nach Geschmack) vorbereiten und bereitstellen. Rotkohl fein hobeln, Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Gurken, Tomaten und Salat in mundgerechte Stücke teilen.

Seitan in ganz feine Scheiben schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Seitan hineingeben und einige Minuten leicht kross braten. Dabei mit Kreuzkümmel, Knoblauch, Chiliflocken, geräuchertem Paprikapulver und Salz würzen. Wer mag, kann die Seitan-Scheiben vorher marinieren. Dafür den Seitan mit etwas Olivenöl und den Gewürzen gut vermengen und etwa 30 Minuten ziehen lassen.

Fladenbrot vierteln und von innen mit Zaziki bestreichen. Mit Seitan und den anderen vorbereiteten Zutaten füllen. Nach Geschmack Chiliflocken und Chilisoße hinzufügen. Zusammenklappen und in Papiertaschen servieren.

Sendung/Quelle: Schmeckt. Immer.

Sendetermin: 27.01.2024

Koch/Köchin: Zora Klipp

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen