

Rezept

Gyros-Wok mit Limetten-Zaziki

Ein Rezept von Gyros-Wok mit Limetten-Zaziki, am 13.12.2025

Zutaten

300 g Schweineschnitzel	2 Knoblauchzehen
1 frische rote oder grüne Chilischote	3 EL Olivenöl
2 EL Reiswein (ersatzweise Weißwein oder Reissessig)	1 Kaffir-Limettenblatt
Salz	1 TL getrockneter Oregano
½ Salatgurke	Pfeffer
125 g Joghurt	250 g Magerquark
	½ Bio-Limette

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 460 kcal

Zubereitung

1. Die Schweineschnitzel kalt abbrausen, mit Küchenpapier trocken tupfen und quer in 1 cm breite Streifen schneiden.
2. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Chilischote waschen, putzen und längs aufschneiden. Die Kerne herausschaben, die Chilihälften in feine Würfel schneiden (danach die Hände waschen!).
3. 2 EL Olivenöl mit dem Reiswein mischen. Das Limettenblatt waschen und mit Knoblauch, Chili und Oregano unterrühren. Marinade mit Salz und Pfeffer würzen und über die Fleischstreifen träufeln. Fleisch zugedeckt im Kühlschrank ca. 45 Min. ziehen lassen.
4. Die Gurkenhälfte schälen und auf der Küchenreibe raspeln. In ein Sieb geben, mit ½ TL Salz mischen und ca. 15 Min. abtropfen lassen, dann mit einem Esslöffel ausdrücken.
5. Inzwischen den Quark mit dem Joghurt verrühren und kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Limettenhälfte heiß waschen und trocken reiben. Die Schale abreiben, Saft auspressen. Je 1 TL Schale und Limettensaft mit den Gurkenraspeln unter die Quarkmischung rühren.
6. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und in einem Sieb abtropfen lassen, dabei die Marinade auffangen. Erst den Wok, dann 1 EL Öl darin erhitzen. Fleisch darin in ca. 2 Min. bei starker Hitze unter Rühren braun braten. Marinade dazugeben, das Limettenblatt entfernen. Gyros mit dem Limetten-Zaziki anrichten.