

Rezept

Vegane »Gyros«-Wraps mit milder Paprikasalsa

Ein Rezept von Vegane »Gyros«-Wraps mit milder Paprikasalsa, am 23.04.2024

Zutaten

1 mittelgroße Kartoffel (ca. 50 g)	Salz
200 g Shiitakepilze	7 EL Olivenöl
2 TL Grill-Gewürzmischung	2 rote Paprikaschoten
1 Frühlingszwiebel	1 Bio-Zitrone
schwarzer Pfeffer aus der Mühle	50 g Salat (z. B. Romanasalat, Kopfsalat)
2 große Weizentortilla-Fladen	2 EL vegane Mayonnaise

Rezeptinfos

Portionsgröße 2 | Schwierigkeitsgrad mittel | Zeit Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | Pro Portion Ca. 640 kcal

Zubereitung

1. Für die Füllung die Kartoffel schälen und längs in 4-6 Scheiben schneiden. Die Scheiben in Salzwasser in ca. 8 Min. gar kochen, abgießen und abtropfen lassen.
2. Inzwischen die Pilze putzen, falls nötig trocken abreiben und die Stiele entfernen. Die Pilzkappen in Streifen schneiden. 6 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pilze darin mit dem Grillgewürz 4-5 Min. bei mittlerer Hitze anbraten, dabei zwischendurch umrühren. Die fertigen Pilze salzen und beiseitestellen.
3. Inzwischen für die Paprika-Salsa den Backofen auf höchster Stufe vorheizen. Die Paprika putzen, waschen und vierteln und mit 1 EL Olivenöl bepinseln. Mit der Hautseite nach oben auf ein mit Alufolie belegtes Backblech setzen, falls möglich die Grillfunktion zuschalten und die Paprika im heißen Ofen (oben) 5-6 Min. backen, bis ihre Haut schwarz wird. Sofort herausnehmen, in ein Gefäß mit Deckel geben (Plastikbox oder kleiner Topf) und ca. 5 Min. abkühlen lassen.
4. Die Frühlingszwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Zitrone heiß abwaschen, trocknen, die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Paprika häuten und grob hacken. Mit Frühlingszwiebelringen, Zitronensaft und -schale mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Den Salat verlesen, waschen, trocken schleudern und klein zupfen. Die Tortillas mit jeweils 1 EL Mayonnaise bestreichen, die Kartoffelscheiben im unteren Drittel der Fladen verteilen und die Salsa, die Pilze und zum Schluss den Salat darübergeben. Die Seitenränder einklappen und die Tortillas fest aufrollen.