



Gyrosauflauf

Zeit gesamt
🕒 1h

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|--|--------|
| Schinkenschnitzel aus der Oberschale vom Schwein | 600 g |
| Zwiebeln, gelb | 2 St. |
| Knoblauchzehen | 2 St. |
| Öl | 4 EL |
| Majoran, getrocknet | |
| Thymian, gerebelt | |
| Rosmarin, getrocknet | |
| Paprika, edelsüß | |
| Chili, gemahlen | |
| Paprika, rot | 2 St. |
| Champignons, weiß | 400 g |
| Schlagsahne | 200 ml |
| saure Sahne | 200 ml |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz | |
| Gouda, gerieben | 100 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Schüssel, große Pfanne, kleine Auflaufform

1. Schweineschnitzel waschen, trocken tupfen und in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Zwiebeln halbieren, schälen und in feine Streifen schneiden. Knoblauch schälen und hacken.
2. In einer Schüssel Fleisch, Zwiebeln, Knoblauch, 2 EL Öl, Majoran, Thymian, Rosmarin, Paprika und Chili vermengen. Zum Marinieren beiseitestellen.
3. Inzwischen Paprika waschen, halbieren, Stiel und Kerngehäuse entfernen und in Streifen schneiden. Champignons ggf. mit Küchenkrepp säubern und in Scheiben schneiden.
4. Backofen auf 175 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einer Schüssel Schlagsahne mit saurer Sahne verrühren und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und Champignons mit Paprika ca. 4–5 Min. anbraten. Anschließend in eine Auflaufform umfüllen.
5. Das Fleisch mit Salz würzen. Die Pfanne erneut auf hoher Stufe erhitzen und Gyrosfleisch ca. 4–5 Min. kross anbraten. Anschließend mit dem Gemüse in der Auflaufform mischen, Sahne-Mischung darübergeben und mit Käse bestreuen. Im Ofen ca. 25–30 Min. überbacken. Vorsichtig aus dem Ofen nehmen, auf Teller verteilen und servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Dazu schmeckt Reis.

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 547 kcal |
| Kohlenhydrate | 24 g |
| Eiweiß | 47 g |
| Ballaststoffe | 5 g |
| Fette | 30 g |