

Szuvlaki (souvlaki) tzatzikivel és tepsis krumplival



Hozzávalók:

80 dkg csirkefelsőcombfilé, 1 púpozott kiskanál gyros fűszerkeverék, 1 csapott kiskanál só, 4 evőkanál olaj

a tzatzikihez:

4 kígyóuborka, só, kb. 4 dl natúr görög joghurt, frissen őrölt fekete bors, 3 gerezd fokhagyma, 1 evőkanál citromlé, 2-3 evőkanál olívaolaj, fél kiskanál origano

a tepsis krumplihoz:

1 kg burgonya, kb. 1 púpozott kiskanál só, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, 1 kiskanál majoránna, 1 kiskanál pirospaprika, 4 evőkanál olaj

1. A combfilét 2 centis kockákra vágjuk, a gyros fűszerkeverékkel és a borssal, valamint a fele olajjal alaposan összedolgozzuk. Félrerakjuk, amíg a többi hozzávalóval előkészülünk.

2. A kígyóburkát a reszelő nagy lyukú oldalán (almareszelőn) lereszeljük. 1 kiskanál sóval összekeverjük, 20 percre félrerakjuk.

3. A burgonyát megtisztítjuk, ha újburgonyát használunk, elég csak alaposan megmsoni, nem kell meghámozni! Közepesen nagy cikkekre vágjuk, tepsibe rakjuk. A fűszereket rászórjuk, az olajat rálocsoljuk, alaposan összeforgatjuk. Egyenletesen szétterítjük a tepsiben, és előm

elegített sütőben, közepes lánggal (180 °C, légkeveréses sütőben 165 °C) kb. 40 percig sütjük.

4. A pácolt húskockákat 8 kisebb nyársra feltűzzük.

5. A kígyóuborkát jól kinyomkodjuk. A joghurttal, néhány tekerésnyi borssal, a pépesre zúzott fokhagymával, a citromlével, az olívaolajjal és az origanoval összekeverjük.

6. 2 evőkanál olajat serpenyőben megforrósítunk, a csirkenyársakat (szuvlakikat) 6-8 perc alatt (oldalanként 1,5-2 perc alatt) megsütjük rajta, de még jobb, ha faszén fölött, grillen

készítjük el.

7. Tálaláskor minden tányérra halmozunk a tzatzikiból és a tepsis krumpliból, és 2-2 nyársat ráfektetünk.

Jó tanács

- Ha görögös tepsis krumplit készítünk, akkor a következő az eljárás: a burgonyát megtisztítjuk, és hosszában - hasonlóan a paprikás krumplihoz - nagyobb darabokra vágjuk, megsózzuk, őrölt fehér borssal és origanóval fűszerezünk. A cikkekre darabolt vöröshagymát meg a zúzott fokhagymát hozzáadjuk, a citromlével ízesítjük, olívaolajjal meglocsoljuk, és tepsibe (cserépedénybe) terítjük. Annyi vizet öntünk rá, amennyi a feléig ér, végül sütőben, közepes lánggal (180 °C; légkeveréses sütőben 165 °C) 50 perc - 1 óra alatt megpuhítjuk, zsírjára sütjük.

4 főre

Elkészítési idő: 1 óra 10 perc

Egy adag (körettel, salátával): 757 kcal

A recept elkészítése [IDE KATTINTVA](#) a YouTube-on is megtekinthető.