



# Unsere Kochanregungen...

## Veggie Gyros

Tofu-Nuggets mit veganer Magonaise, Ketschup-Varianten und frische Pommes. Sieht aus wie ein Fleischteller beim Griechen oder Jugoslawen. Ist aber gesund.



### Zutatenliste

#### Zutaten für 4 Portionen

400	g	Veggie Gyros (spicy)
200	ml	Dinkel Cuisine
4	Stk	Zwiebeln
4	Stk	Knoblauchzehen
500	g	Nudeln
-		Oliven-Bratöl

### Zubereitung

Zwiebeln in Streifen schneiden und Knoblauch häckseln, zusammen in einer Pfanne mit Bratöl anbraten.

In einer zweiten Pfanne das Veggie Gyros der Folie entnehmen und mit Bratöl in eine zweite Pfanne geben.

Vorsichtig die Streifen voneinander trennen und knusprig anbraten.

Dann die gebratenen Zwiebeln mit dem Knoblauch dazugeben und Dinkel Cuisine einrühren. Inzwischen die Nudeln gar kochen.

Dazu Tomatensalat mit rohen Zwiebeln und Olivenöl.

### Rezeptdetails

<b>Vegetarisch</b>	Ja
<b>Vegan</b>	Ja
<b>Portionen</b>	4
<b>Zubereitungszeit</b>	30 Minuten
<b>Schwierigkeit</b>	Einfach