Gyros-Feta-Bratwürste mit Hokkaidokürbisscheiben



Fast schon zu viel Röststoffe
Die Bratwürste sind eine besondere Kreation eines Schlachters. Sie enthalten Feta, der in die Wurstmasse mit eingearbeitet ist. Und sie sind mit einer Gyros-Gewürzmischung gewürzt.

Zutaten für 2 Personen:

- 700 g Gyros-Feta-Bratwürste (2 Packungen à 350 g, 8 Stück)
- 1/2 Hokkaidokürbis
- grobes Meersalz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 8 Min.



Mit grobem Meersalz gewürzt

Zubereitung:

Aufgrund der Menge der Produkte, die in der Pfanne gebraten werden, empfiehlt es sich, diesen Bratvorgang in zwei Durchgängen durchzuführen und den ersten Teil nach dem Braten im Backofen bei geringer Temperatur warmzuhalten.

Den oberen Teil des Hokkaidokürbis verwenden, der kein Kerngehäuse enthält. Strunk entfernen. Kürbis längs halbieren. Dann die Hälften quer in dicke Scheiben schneiden.

Öl in zwei großen Pfannen erhitzen und die Hälfte der Kürbisscheiben und der Würste jeweils in einer Pfanne kross jeweils 4 Minuten auf jeder Seite braten. Kürbisscheiben salzen und pfeffern.

Durchgang ein zweites Mal wiederholen.

Würste und Kürbisscheiben auf zwei Teller verteilen. Servieren. Guten Appetit!

Gyros mit Couscous

Fertig gewürztes Gyros von meinem Discounter. Ab und zu kann man solch ein Convenience-Produkt auch einmal zubereiten. Mein Magen hat nicht rebelliert, also scheint alles in Ordnung zu sein.

Man hat einfach den Vorteil, dass es einerseits frisches Fleisch ist, das zwar vorgewürzt ist, aber andererseits das Gericht auch in ein paar Minuten fertig gestellt ist. Und ab und zu muss es eben auch einmal schnell gehen beim Kochen. Beim Kauf von schon mariniertem Fleisch verfährt man ja eigentlich genauso.

Und damit die Zubereitung wirklich schnell geht, habe ich als Beilage Couscous gewählt, der in einigen Minuten im siedenden Wasser quellen kann und gegart ist.

[amd-zlrecipe-recipe:866]

Gyros mit Polenta

Diesmal ein schnelles Gericht, für das man wenig Zutaten benötigt. Ich greife bei der Hauptzutat auch auf ein Convenience-Produkt zurück. Aber wenn dieses eine gute Qualität hat, kann man dies durchaus einmal tun.

Als Beilage wähle ich Polenta. Diese ist in wenigen Minuten zubereitet. Nach dem Garen gibt man noch ein Stück Butter dazu

und vermischt es. Außerdem soll man Polenta nach dem Garen noch etwas ziehen und quellen lassen, damit sie kompakter wird.

[amd-zlrecipe-recipe:860]