KIKKOMAN

Hähnchen-Gyros mit Pitabrot und Tzatziki-Sauce

Gesamtzeit **165 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit **30 Min.** Kochzeit **120 Min.** Marinierdauer

Nährwertangaben (pro Portion):
3.072 kJ / 735 kcal

Fett: **26 g** Eiweiß: **47 g**
Kohlenhydrate: **62 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Fleisch:

2 EL	Naturjoghurt
4 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
3	Knoblauchzehen
1 TL	Oregano
1 TL	gemahlener süßer Paprika
0,5 TL	getrockneter Rosmarin
0,5 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Schwarzkümmel
400 g	Hähnchenschenkel (ohne Haut und ohne Knochen)

Tzatziki Sauce:

1	große grüne Salatgurke
3 EL	Mayonnaise
3 EL	griechischer Joghurt
2 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
1 Prise	Pfeffer
1	Knoblauchzehe

Zum Servieren:

0,5 Bund	Minze
2	griechische Fladenbrote
1 EL	Granatapfelkerne

ZUBEREITUNG

Schritt 1

2 EL Naturjoghurt - **4 EL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack - **3** Knoblauchzehen - **1 TL** Oregano - **1 TL** gemahlener süßer Paprika - **0,5 TL** getrockneter Rosmarin - **0,5 TL** Kreuzkümmel - **1 TL** Schwarzkümmel - **400 g** 400 g Hähnchenschenkel (ohne Haut und ohne Knochen)
Für die Marinade den Joghurt mit Kikkoman Ponzu Zitrone in einer Schüssel verrühren. Gepressten Knoblauch und die Gewürze dazugeben und gut verrühren. Das Hähnchen in der entstandenen Sauce mindestens 2 Stunden im Kühlschrank marinieren.

Schritt 2

1 große grüne Salatgurke - **3 EL** Mayonnaise - **3 EL** griechischer Joghurt - **2 EL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack - **1 Prise** Pfeffer - **1** Knoblauchzehe
Für die Tzatziki-Sauce die Salatgurke in eine Schüssel raspeln. Die Mayonnaise, den Joghurt, Kikkoman Ponzu Zitrone und Pfeffer hinzufügen. Den gepressten Knoblauch hinzufügen und alles gründlich vermischen.

Schritt 3

0,5 Bund Minze - **2** griechische Fladenbrote - **1 EL** Granatapfelkerne
Das Hähnchen auf einem vorgeheizten Grill etwa 15 Minuten lang grillen. In getoastetem Fladenbrot mit der Tzatziki-Sauce, gehackter Minze und Granatapfelkernen servieren.