Pitas mit Rindfleisch und Gemüse vom Blech

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 45 min
Aktivzeit: 30 min
Marinieren: 30 min
Einfach



Zutaten

für 4 Personen

500 g	Huft vom Schweizer Rind
1 EL	edelsüsser Paprika
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel
1 TL	Knoblauchpulver
3 EL	HO-Sonnenblumenöl
je 1	rote, gelbe und grüne Peperoni
1	Zucchetti
2	rote Zwiebeln
4 Zweige	Thymian
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
4	Pitabrote
2 EL	Sriracha-Sauce
1 EL	Tomatenpüree
3 EL	Mayonnaise
1 TL	Zitronensaft

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

563	kcal
37 g	Eiweiss
50 g	Kohlenhydrate
23 g	Fett

enthält Gluten
Laktosefrei

Zubereitung

1. Rindshuft in lange, dicke Streifen schneiden. Paprika, Kreuzkümmel, Koriander und Knoblauchpulver mit der Hälfte des Öls verrühren und mit dem Fleisch mischen. Die Fleischstreifen falten und auf 2 grosse Spiesse stecken. Zugedeckt 30 Minuten marinieren.

2. Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen (Ober-/Unterhitze 200 °C).

3 Gemüse waschen. Peperoni halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. Zucchetti in feine Scheiben schneiden. Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Thymianblättchen von den Zweigen zupfen und mit dem vorbereiteten Gemüse sowie dem restlichen Öl in eine Schüssel geben. Alles mischen und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und auf der mittleren Rille 25 Minuten backen.

4 Nach 25 Minuten die Spiesse auf das Gemüse legen und alles rund 12 Minuten weitergaren. Pitabrote auf ein Backofengitter geben und kurz vor Ende der Backzeit über oder unter dem Blech mit Gemüse und Fleisch für 2?3 Minuten in den Ofen schieben.

5 Sriracha-Sauce mit Tomatenpüree, Mayonnaise und Zitronensaft verrühren. Pitabrote aufschneiden und mit Gemüse füllen. Fleisch mit dem Messer vom Spiess schneiden und mit der Sauce ebenfalls in die Pitabrote füllen. Sofort servieren.