

Hallo liebe Hobbyköche,

heute gibt es ein Kultrezept für euch, dass es bei Annas Vati jeden Mittwoch zu Essen gibt, weil sie und ihre Geschwister ihn da besuchen gehen. Wir lieben dieses Rezept und wollen es euch somit nicht vorenthalten. Viel Spaß beim Zubereiten!

Zutaten (für 2 Portionen, also für 2 Döner):

- 200g Seitan (gibt es im Bioladen oder größeren Supermärkten)
- 50ml Olivenöl
- 2 TL Grill- und Pfannengewürz
- Meersalz
- ½ Fladenbrot
- ¼ Lollo-bionda-Salat
- 100g Rotkohl
- 1 Zwiebel
- 1 Tomate
- ¼ Gurke
- 100g Sojajoghurt
- 1 TL Currypulver
- 1 TL Paprikapulver
- 2 TL Tomatenmark
- 2 EL vegane Mayonnaise (im Bioladen oder größeren Supermärkten)
- 1 EL Agavendicksaft (Bioladen oder Drogeriemarkt)
- 1 EL frisch gepresster Zitronensaft

Zubereitung:

1. Seitan nach Packungsanweisung kochen (falls ihr das nicht machen müsst, beginnt gleich mit Schritt 2)
2. Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen
3. Seitan in hauchdünne, ca. 3cm lange Scheiben schneiden
4. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Seitan etwa 3 Minuten darin von beiden Seiten anbraten. Nicht zu lange braten, da Seitan schnell zu hart wird. Mit Grill- und Pfannengewürz abschmecken
5. Fladenbrot im heißen Backofen 10 Minuten knusprig backen
6. Inzwischen Lollo-bionda-Salat waschen, trocken schleudern, zerrupfen
7. Rotkohl waschen und in feine Streifen hobeln
8. Zwiebeln schälen und in hauchdünne Ringe schneiden
9. Tomate waschen, Gurke schälen, beides in feine Scheiben schneiden
10. Alle Zutaten für die Soße mischen
11. Fladenbrot halbieren, waagrecht aufschneiden und dann auf den Innenseiten mit etwas Soße bestreichen
12. Einige Salatblätter auf die untere Fladenbrothälfte legen, dann Rotkohl, Seitan, Tomaten- und Gurkenscheiben sowie Zwiebelringe darauflegen
13. Die restliche Soße darüber träufeln, das Fladenbrot zuklappen, genussvoll hineinbeißen und genießen!

Und, das war doch der Hammer oder? Wer braucht denn da noch Döner aus einem Imbiss? Also wir jedenfalls nicht, so lecker, wie der Döner schmeckt. Und vegan ist er auch noch, also braucht ihr kein schlechtes Gewissen zu haben. Was will man mehr?!

Falls euch das Rezept gefallen hat, dann schaut doch gerne in unseren Blog. Wir hoffen, dass ihr viel Spaß beim Zubereiten hattet und wünschen euch einen guten Appetit!