



hr1-DOLCE VITA

Cihan Anadaloglu Schöne Stulle (Döner Nr. 42)

ZUTATEN

100 g fester Bio-Tofu, nach Belieben mariniert
etwas Öl zum Anbraten
20 g Feldsalat
15 f eingelegte Artischockenherzen
20 g rote Zwiebel
1 EL brauner Zucker
15 g eingelegte Gurken
½ Grapefruit
1 türkisches Fladenbrot
1 EL Kräuter-Joghurt-Soße (s. separates Rezept)
1 EL Leinöl

ZUBEREITUNG

Den Tofu in Scheiben schneiden und in einer Pfanne mit etwas Öl anbraten oder kurz auf den Grill legen. Den Feldsalat verlesen, waschen und trocken schütteln. Die Artischockenherzen etwas abtropfen lassen und zerteilen. Die rote Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden. Den Zucker in einer Pfanne unter Rühren schmelzen und die Zwiebel darin karamellisieren. Dann beiseitestellen. Die eingelegten Gurken etwas abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden. Die Grapefruit gründlich schälen und die Filets ausschneiden. Das Brot kurz auf dem Toaster anrösten und eine Tasche hineinschneiden.

Bauanleitung:

Den Tofu auf eine Innenseite der Brottasche legen. Die Kräuter-Joghurt-Soße darauf verteilen. Feldsalat und Artischockenherzen dazugeben. Die karamellisierten Zwiebeln, Gurkenstreifen und Grapefruitfilets darauflegen. Mit Leinöl beträufeln. Das Fladenbrot zum Verzehr etwas zudrücken.

Rezept aus dem Buch:
Cihan Anadaloglu



hr1-DOLCE VITA

Einmal mit Alles: Der Döner
Callwey Verlag
ISBN 978-3766724502

und seine Verwandten