



VEGANER Döner

Zutaten für ca. 4 kleinen Dönerbrote oder 3 Dürüm-Fladen:

Veganes Fleisch:

- 250 g Räuchertofu
 - 100 g Kräuterseitlinge

 - 4 EL Olivenöl, raffiniert
 - 2 ST Knoblauchzehen, fein gehackt
 - 1 TL Paprikapulver, geräuchertes
 - 1 TL Paprikapulver
 - 1 EL Gyrosgewürz
 - 1-2 EL Sojasauce
- Optional: 1-2 TL Ahornsirup

Vegane Joghurtsauce:

- 300 ml Joghurt, vegan
 - 1 ST Knoblauchzehe
 - Salz und Pfeffer aus der Mühle
- Optional: 1 TL Agavensirup

Zum Füllen: Fladenbrot, Rotkrautstreifen – gesalzen und gedrückt, Kopfsalatblätter, Tomatenscheiben, Zwiebelstreifen, . . .

Herstellung:

1. Tofu mit Küchenpapier einwickeln und mit einem Schneidebrett beschwert ca. 30 Minuten ruhen lassen.
2. Anschließend den ganzen Tofublock mit einer groben Röstireibe reiben und in eine größere Schüssel geben.
3. Die Pilze ebenfalls grob reiben und zum Tofu geben.
4. Mit dem Olivenöl und den Gewürzen vermengen und mindestens 30 Minuten einwirken.
5. Braten Sie Ihre Mischung bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten lang oder bis sie knusprig ist.
6. In der Zwischenzeit alle Zutaten für die Sauce vermengen und gut abschmecken.
7. Das Fladenbrot im Ofen erhitzen und mit dem „Fleisch“, dem Gemüse und etwas Joghurtsauce füllen.

GUTEN APPETIT. . .

