



www.hellofresh.nl / www.hellofresh.be

WEEK 41  
2015

Maak een foto van je gerecht en deel deze via De mooiste foto krijgt een verrassing!

## Varkenshaasgyros met platbrood en zelfgemaakte tzatziki

Een traditioneel Grieks gerecht met malse varkenshaas

Tzatziki is een bekende Griekse saus, kent vele variaties en wordt vaak geserveerd in combinatie met brood en gyros. Voor dit gerecht maak je zelfgemaakte tzatziki. Je hoeft hier geen chef-kok voor te zijn: het is heel eenvoudig om te maken! Het enige wat je echt nodig hebt is komkommer, yoghurt en knoflook.



20-25 min



supersimpel



kind-  
vriendelijk



Rode ui



Rode paprika



Ijsbergsla



Knoflookteen



Komkommer



Griekse yoghurt



Varkenshaasgyros



Platbrood

Ingrediënten	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Rode ui	¼	½	¾	1	1¼	1½
Rode paprika	½	1	1½	2	2½	3
Ijsbergsla (krop)	½	¾	¾	¾	1	1½
Knoflookteen	1	2	3	4	5	6
Komkommer	½	¾	¾	¾	1	1½
Griekse yoghurt (g) <b>7) 15)</b>	50	100	150	200	250	300
Varkenshaasgyros (g)	120	240	360	480	600	720
Platbrood <b>1)</b>	2	4	6	8	10	12
Extra vierge olijfolie (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Olijfolie (el)*	½	1	1½	2	2½	3
Peper & zout*	Naar smaak					

\* Zelf toevoegen

### Allergenen

**1)** Gluten **7)** Melk/lactose  
**15)** Kan sporen bevatten van pinda's

### Benodigdheden

Fijne rasp, kom, wok of hapjespan, koekenpan

**Voedingswaarden** 624 kcal | 38 g eiwit | 73 g koolhydraten | 21 g vet, waarvan 6 g verzadigd | 5 g vezels



**1** Snipper de rode ui. Snijd de paprika doormidden, verwijder de zaadlijsten en snijd in blokjes. Snijd de ijsbergsla klein.



**2** Snijd of hak de knoflook fijn. Rasp de komkommer met een fijne rasp of snijd in hele dunne plakken. Meng in een kom de Griekse yoghurt met de extra vierge olijfolie, de helft van de knoflook, peper en zout tot tzatziki.



**3** Verhit de olijfolie in een wok of hapjespan op zacht vuur en fruit de rode ui en overige knoflook 2 minuten. Voeg de varkenshaasgyros en paprika toe en bak 3 - 4 minuten op middelhoog vuur. Breng op smaak met peper en zout.



**4** Verhit ondertussen een koekenpan op middelmatig vuur. Besprenkel het platbrood met water en verwarm het platbrood 30 seconden per kant in een droge koekenpan.

**5** Smeer elk platbrood in met 1 el tzatziki. Verdeel de sla en gyros over het platbrood en rol het platbrood op. Serveer met de overige tzatziki.

**Tip!** Maak je dit gerecht voor meer dan 2 personen? Dan kun je het platbrood ook in de oven opwarmen. Verwarm de oven voor op 180 graden, besprenkel het platbrood met water en bak 3 - 4 minuten in de oven.