

Domowy gyros

Gyros to grecka specjalność kulinarna, pochodząca od tureckiego kebabu, pierwotnie przyrządzana wyłącznie z jagnięciny. Współcześnie spotykany jest także w wersji z wieprzowiny, cielęciny, a nawet kurczaka.

Prawdziwy grecki gyros charakteryzuje się wyrazistym aromatem wytworzonym w trakcie marynowania mięsa w mieszance rozmaitych ziół i smakiem utrwalonym podczas pieczenia na pionowym grillu. Zazwyczaj serwowany jest jako rodzaj kanapki w chlebie pita. Cienkie kawałki pieczonego mięsa z dodatkiem porcji sosu jogurtowo-ogórkowego, kilkoma plasterkami pomidora oraz frytkami zawiąza się w chrupiącą pitę uformowaną w rożek. W tej wersji danie dostępne jest także w naszej gastronomii. Spróbujmy jednak przygotować potrawę samodzielnie. Proponujemy gyros z karkówki z sosem majonezowo-keczupowym i surówką z kapusty. Do wykonania gyrosa w warunkach domowych możemy kupić gotową przyprawę lub przygotować mieszankę ziołową według własnego pomysłu. Potrawa będzie najbardziej przypominała oryginał, gdy mięso zamarynujemy w mieszance takich przypraw jak oregano, rozmaryn, kminek, bazylija, tymianek, liść laurowy, majeranek, gałka muszkatołowa.

Gyros z karkówki

SKŁADNIKI:

60 dag chudej karkówki, łyżka oliwy z oliwek

marynata do mięsa:

3 ząbki świeżego lub łyżeczka suszonego czosnku, po łyżeczce ostrej i łagodnej sproszkowanej papryki, ½ łyżeczki rozmarynu, łyżeczka oregano, łyżeczka majeranku, ½ łyżeczki mielonego czarnego pieprzu, ½ łyżeczki mielonego kminku, łyżeczka suszonej bazylii, szczypta gałki muszkatołowej, szczypta tymianku, łyżeczka soli, 3 łyżki oliwy z oliwek

- Umyte i osuszone mięso kroimy w plastry grubości około 1 ½ cm. Wszystkie składniki marynaty łączymy i dokładnie mieszamy. Plastry mięsa smarujemy z obu stron marynatą, układamy w miseczce, przykrywamy i odstawiamy na kilka godzin do lodówki (dobrze jest zostawić nawet na całą noc).
- Na patelni rozgrzewamy łyżkę oliwy z oliwek, wkładamy plastry mięsa wraz z marynatą i obsmażamy na mocnym ogniu z obu stron przez 10 – 15 minut. Obsmażone mięso odstawiamy na moment, by trochę przestygło, a następnie ostrym nożem kroimy na cienkie paseczki.
- Na czystą patelnię przekładamy pokrojone paseczki mięsa, podlewamy odrobiną sosu powstałego podczas obsmażania plastrów i smażymy, cały czas mieszając, przez kilka minut. Kawałki powinny się dość mocno zrumienić, aby z przypraw wydobył się właściwy aromat i mięso przypominało oryginał pieczony na ruszcie. Gorące mięso wykładamy na talerzu. Podajemy z sosem majonezowo-keczupowym lub jogurtowo-ogórkowym i dużą porcją surówki ze świeżej kapusty.

Sos majonezowy z keczupem

SKŁADNIKI:

3 łyżki majonezu, łyżka keczupu, łyżka ostrej musztardy, ząbek czosnku, sproszkowana papryka, oregano, sól, świeżo mielony pieprz

- W miseczce dokładnie mieszamy ze sobą majonez, keczup i musztardę. Doprawiamy czosnkiem przeciśniętym przez praskę, papryką, oregano oraz pieprzem. Całość mieszamy, gdy trzeba możemy delikatnie dosolić.

Surówka z białej kapusty

SKŁADNIKI:

½ główki białej kapusty, średnia marchew, 2 łyżki oliwy z oliwek, łyżka octu balsamicznego, sól, cukier, odrobina soku z cytryny

- Kapustę drobno szatkujemy, obraną marchew ścieramy na tarce jarzynowej z dużymi oczkami. Wszystkie składniki surówki łączymy, mieszamy i doprawiamy do smaku.



Romana Chojnacka
Studium Wiejskiego
Gospodarstwa Domowego
Uniwersytet Przyrodniczy w Poznaniu