



## Kinder Pita

### Zutaten

- 350 g Hähnchenbrustfilets
- 50 g Zwiebeln
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Fix für Gyros
- 100 ml Wasser
- 2 EL THOMY Reines Rapsöl
- 250 g Salatgurken
- 100 g Tomaten
- 80 g Eisbergsalat
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 125 g Joghurt
- 6 Pitabrote
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. Hähnchenbrustfilets waschen, trocken tupfen und in Streifen schneiden.
2. Zwiebeln schälen und in feine Ringe hobeln.
3. MAGGI Food Travel Fix für Gyros mit Wasser und THOMY Reines Rapsöl verrühren. Das Hähnchenfleisch und die Zwiebeln zugeben und ca. 30 Min. marinieren.
4. Salatgurken waschen und halbieren. Eine Hälfte in dünne Scheiben hobeln und die andere Hälfte raspeln und ausdrücken. Tomaten waschen, den Blütenansatz entfernen und in dünne Scheiben schneiden.
5. Eisbergsalat waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden.
6. Knoblauchzehe schälen und durchpressen. Knoblauch mit Joghurt und den Gurkenraspeln verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
7. Eine Pfanne heiß werden lassen und das Hähnchenfleisch darin ohne weitere Ölzugabe rundherum kräftig braten.
8. Pitabrote halb aufschneiden und toasten. Die Pitataschen mit Salat, Gurken, Tomaten, Hähnchenfleisch und Joghurtsauce füllen.

### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	35 g
Energie	280 kcal
Fett	6 g
Protein	21 g

🕒 55 Minuten

⊕ 6 Portionen