



Diätmann

Rezept der Woche

Gyrosauflauf mit Buttergemüse

500 g	Gyros (gewürzt)
1 Btl.	Reis
1 Pckg.	Buttergemüse TK
1 Becher	Schmand
1 Becher	Sahne
200 g	Gouda, gerieben

Das Fleisch anbraten und in eine Auflaufform geben. Reis kochen und über das Fleisch geben. Buttergemüse auf den Reis verteilen (Kräuterbutter entnehmen) Schmand und Sahne im Bratensud aufkochen und über den Auflauf gießen. Geriebenen Gouda darüber verteilen und die Kräuterbutter (vom Buttergemüse) auf den Käse setzen. Die Form auf dem Rost in den Backofen schieben.

Bei 200°C (Umluft 180°C) etwa 35-45 Minuten überbacken.

