



GYROS DE POULET FAÇON KEBAB

Avec des frites au four maison, de la salade et des tomates



Pommes de terre à chair ferme



Gousse d'ail



Mini-tomates Roma ✨



Ciboulette fraîche ✨



Mayonnaise ✨



Gyros de poulet ✨



Raddichio et laitue Iceberg ✨

Total : 35-40 min.

Sans gluten

Facile

Famille

Consommer dans les 3 jours

En Turquie, si vous commandez un döner kebab, vous aurez un sandwich avec de l'émincé de viande grillée et si vous commandez un kebab, vous dégusterez une viande rôtie à la broche, comme dans cette recette. À la place d'une sauce classique à l'ail, vous allez préparer une vinaigrette à base de lait ribot. À l'origine, ce lait est issu de la fabrication du beurre ; d'où ses autres noms : babeurre et « buttermilk » en anglais.

BIEN COMMENCER

USTENSILES

Plaque recouverte de papier sulfurisé, papier de cuisine, saladier, petit bol et poêle.

Recette de **gyros de poulet façon kebab** : c'est parti !



1 PRÉPARER LES FRITES

Préchauffez le four à 220 degrés. Épluchez les **pommes de terre** et taillez-les en lamelles de ½ à 1 cm. Épongez-les avec de l'essuie-tout, puis disposez-les sur la plaque recouverte de papier sulfurisé. Arrosez avec la moitié de l'huile d'olive, puis salez et poivrez. Enfourez les **frites** 25 à 35 minutes ou plus longtemps si vous les aimez croustillantes. Retournez à mi-cuisson.



4 CUIRE LE GYROS DE POULET

Faites chauffer le reste d'huile d'olive dans la poêle et faites cuire le **gyros de poulet** 5 à 7 minutes à feu moyen-vif.

★ **CONSEIL** : Si vous n'avez pas de babeurre, remplacez-le par du yaourt ou du lait normal. La vinaigrette sera plus ou moins épaisse selon les ingrédients, mais le goût ira bien avec le plat. Si vous n'avez rien de tout cela, limitez-vous à la mayonnaise.



2 COUPER

Pendant ce temps, émincez (ou écrasez) l'**ail**. Coupez les **mini-tomates Roma** en deux et ciselez la **ciboulette**.



5 MÉLANGER LA SALADE

Dans le saladier, mélangez le **raddichio et laitue Iceberg**, les **tomates Roma** et la vinaigrette.

★★ **CONSEIL** : Si vous avez une sauce piquante sans vos placards, sachez qu'elle accompagne très bien ce plat.



3 PRÉPARER LES SAUCES

Pour la vinaigrette, mélangez 1½ cs de **mayonnaise** par personne, le babeurre et la **ciboulette** dans le saladier (si vous n'avez pas de babeurre, jetez un œil à notre conseil ★). Salez et poivrez. Dans un autre petit bol, mélangez le reste de **mayonnaise** et l'**ail**. Si vous avez reçu une grosse **gousse** ou que vous trouvez l'**ail** cru trop fort, réduisez la quantité de moitié.



6 SERVIR

Dans un kebab, tous les ingrédients sont empilés : servez les **frites** sur les assiettes. Disposez la **salade** par-dessus, puis le **gyros de poulet**. Garnissez de **mayonnaise à l'ail**. Si vous préférez que les frites restent croustillantes, disposez la **salade** et le **gyros** à côté des **frites** ★★.

1 À 6 PERSONNES

INGRÉDIENTS

	1P	2P	3P	4P	5P	6P
Pommes de terre à chair ferme (g)	250	500	750	1000	1250	1500
Gousse d'ail (pc)	½	1	1½	2	2½	3
Mini-tomates Roma (g) *	100	150	200	250	300	350
Ciboulette fraîche (g) *	2½	5	7½	10	12½	15
Mayonnaise (g) 3) 10) 19) 22) *	40	75	100	140	175	200
Gyros de poulet (g) *	110	220	330	440	550	660
Raddichio et laitue Iceberg (g) 23) *	100	150	200	250	300	350

À ajouter vous-même

Huile d'olive (cs)	1	2	3	4	5	6
Babeurre (cs)	1½	3	4½	6	7½	9
Poivre et sel	Selon le goût					

* Conserver au réfrigérateur

VALEURS NUTRITIONNELLES	PAR PORTION	POUR 100 G
Énergie (kJ/kcal)	3353 / 802	576 / 138
Lipides total (g)	51	9
Dont saturés (g)	7,6	1,3
Glucides (g)	54	9
Dont sucres (g)	6,8	1,2
Fibres (g)	6	1
Protéines (g)	29	5
Sel (g)	0,7	0,1

ALLERGÈNES

3) (Œufs 10) Moutarde

Peut contenir des traces de : 19) Arachides 22) Fruits à coque

23) Céleri

Votre avis nous intéresse ! N'hésitez à nous en faire part via notre site Internet ou nos réseaux sociaux.

