





Miska z pieczonym kurczakiem gyros

 Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: [danie główne](#)

Warto wiedzieć:

 40 min

 4 porcje

Składniki:

udka z kurczaka bez kości i bez skóry - 400-500 g

oliwa - trochę

przyprawa do gyrosa - 2-3 łyżeczka

pomidor - 2 szt.

sałata np. rzymska - 1 szt.

cebula czerwona - 1 szt.

sos jogurtowo-czosnkowy tzw.

tzatziki - 5 łyżka

sól - do smaku

Sposób przygotowania:

KROK 1: Mięso pokrój na kawałki natrzyj oliwą, solą i przyprawą gyros. Nadziej na patyczki i upiecz w piekarniku nastawionym na 190°C około 40 minut. Można też upiec w air fryerze lub zgrillować na patelni grillowej. Następnie przygotuj sałatkę z sałatą, pomidorem, cebulą i z sosem jogurtowo-czosnkowym tzw. tzatziki. Patyczek z upieczonym mięsem ustaw pionowo i nożem zaczynając od góry zetnij mięso idąc w dół. W misce ułóż sałatę, dodaj pokrojone mięso i warzywa. Polej sosem tzatziki. Możesz podawać jako sałatkę lub w chlebku pita. Grecy dodają do gyrosa smażone frytki.