

Pita au style Gyros avec tofu, tzatziki et oignons marinés



Conseils supplémentaires de Johanna Geisenhainer

Chef chez **dieCuisine**

- Pour les pitas farcies, vous n'avez pas besoin de toute la quantité d'oignons, la moitié suffira probablement. Mais j'aime en faire plus, car ces oignons marinés agrémentent tous les plats.

Gyros au tofu:

400 g de tofu fumé
 ½ cc de curry en poudre
 1 cc de paprika en poudre
 2 cc de cumin moulu
 1 cc de marjolaine
 1 cc d'ail en poudre
 2 cs de sauce soja
 1 cs d'huile végétale

2 oignons, coupés en dés
 3 gousses d'ail, râpées
 1 cc de cumin moulu
 1 cc de paprika en poudre
 1 cc d'ail en poudre
 2 cs de concentré de tomate
 80 ml de jus de pomme
 ½ cs de sauce soja
 Sel, poivre



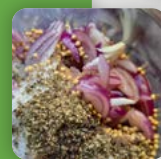
Tzatziki:

1 concombre
 1 cc de sel
 250 g de yogurt grec
 1 grosse gousse d'ail
 Sel, poivre
 Herbes fraîches facultatives, comme de l'aneth ou de la menthe



Oignons marinés:

3-4 oignons rouges (env. 250 g)
 2 cc de graines de moutarde jaune
 1 cc de sel
 ½ cc de poivre moulu
 6 cs de vinaigre balsamique
 Facultatif:
 1 cc de sucre



Préparation

Gyros au tofu: Bien sécher le tofu et le couper en fines tranches à l'aide d'un couteau bien aiguisé. Vous pouvez également utiliser un économe. Mélanger le tofu avec tous les ingrédients jusqu'à l'huile végétale incluse et répartir le tout sur une plaque de cuisson. Faire cuire environ 30 minutes à 175 °C en retournant de temps en temps.

Faire revenir les oignons dans un peu d'huile jusqu'à ce qu'ils soient tendres et légèrement dorés. Ajouter l'ail, les

épices et le concentré de tomates et faites revenir le tout. Ajoutez le tofu cuit et déglacez avec le jus de pomme et la sauce soja. Laissez mijoter doucement jusqu'à ce que le liquide soit complètement réduit. Assaisonnez avec du sel et du poivre, puis servir immédiatement.

Tzatziki: Lavez bien le concombre et râpez-le à l'aide d'une râpe à rösti. Placez-le dans une passoire, mélangez-le avec le sel et placez la passoire dans un saladier afin de recueillir le liquide

qui s'écoule. Laissez reposer environ 30 minutes.

Bien presser le concombre et le mettre dans un saladier. Mélanger avec les autres ingrédients et assaisonner.

Oignons marinés: Épluchez les oignons et coupez-les en deux. Les trancher finement dans le sens de la longueur et les mettre dans un grand bocal. Ajoutez les autres ingrédients et mélangez bien à l'aide d'une fourchette. Laissez macérer les oignons pendant au moins 2 h, mais de préférence toute la nuit.