

Kipgyros met pitabrood en tzatzikisaus

totale tijd **165 min.** 15 min. voorbereidingstijd 30 min. kooktijd 120 min. marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
3.072 kJ / 735 kcal

Vetten: **26 g** Eiwitten: **47 g**
Koolhydraten: **62 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

Vlees:

2 el natuurlijke yoghurt
4 el Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, azijn en citroensmaakstof
3 teentjes knoflook
1 tl oregano
1 tl gemalen zoete paprika
0,5 tl gedroogde rozemarijn
0,5 tl komijn
1 tl zwarte komijn
400 g kippendijen (zonder vel en zonder bot)

Tzatzikisaus:

1 grote groene komkommer
3 el mayonaise
3 el Griekse yoghurt
2 el Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, azijn en citroensmaakstof
1 snufje peper
1 teentje knoflook

Om te serveren:

0,5 bos(je) munt
2 Griekse pitabroodjes
1 el granaatappelpitjes

VOORBEREIDING

Stap 1

2 el natuurlijke yoghurt - **4 el** Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, azijn en citroensmaakstof - **3** teentjes knoflook - **1 tl** oregano - **1 tl** gemalen zoete paprika - **0,5 tl** gedroogde rozemarijn - **0,5 tl** komijn - **1 tl** zwarte komijn - **400 g** kippendijen (zonder vel en zonder bot)
Meng voor de marinade de yoghurt met Kikkoman Ponzu Citroen in een kom. Voeg de geperste knoflook en de kruiden toe en meng goed.
Marineer de kip in de ontstane saus en zet deze minstens 2 uur in de koelkast.

Stap 2

1 grote groene komkommer - **3 el** mayonaise - **3 el** Griekse yoghurt - **2 el** Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, azijn en citroensmaakstof - **1 snufje** peper - **1** teentje knoflook
Rasp voor de bereiding van de tzatzikisaus de groene komkommer in een kom. Voeg de mayonaise, yoghurt, Kikkoman Ponzu Citroen en peper toe. Voeg de geperste knoflook toe en meng alles goed door elkaar.

Stap 3

0,5 bos(je) munt - **2** Griekse pitabroodjes - **1 el** granaatappelpitjes
Barbecue de kip ongeveer 15 minuten op een voorverwarmde grill. Serveer in geroosterde pitabroodjes met de tzatzikisaus, gehakte munt en granaatappelpitjes.