Kebab casero con salsa de yogur



Ingredientes

- Medio kilo de filetes de ternera
- Salsa de yogurt y ajo
- 6 - 8 panes de pita
- 1 Lechuga rizada

Para el adobo de la carne

- 2 cucharaditas de curry
- Pizca de ajo en polvo y pimienta negra
- Pizca de nuez moscada y cúrcuma
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- Pizca de guindilla (opcional)

Para la salsa de tomate

- 1 diente de ajo
- 2 cebollas medianas

Kebab casero con salsa de yogur

- 400 - 480 g de tomate natural triturado
- 1 cucharadita de curry
- 1 cucharadita de azúcar (opcional)

Sobre esta receta

Os invito a preparar un delicioso kebab casero de ternera. Dependiendo del país tiene varios nombres, aunque lo mejor es que este Döner Kebab está muy rico es es muy fácil de preparar. Es un plato muy rico que podemos presentar en pan de pita o en plato. En esta receta veremos cómo preparar todo paso a paso, desde las salsas, pasando por la elaboración del pan de pita, como por el montaje, para que hacer un Döner Kebab con todos los ingredientes caseros, sea fácil y rápido. Te sorprenderá el sabor de este plato, ya que la combinación de estos ingredientes está espectacular...

Preparación

1. Lo primero que hacemos es la salsa de yogurt y ajo, picamos los ingredientes, batimos y la guardamos en la nevera para que tome consistencia. A continuación preparamos la carne que tenemos cortada en filetes, quitándole las pieles y partes grasas que tenga. La cortaremos en tiras finas, como bastoncillos. En un bol echamos el curry, el ajo en polvo, la pimienta negra, la nuez moscada y cúrcuma para darle color. Podemos añadir una pizca de guindilla o unas gotas de picante si os gusta con un extra de picante. Añadimos dos cucharadas soperas de aceite, echamos la carne y mezclamos hasta que queden todas las tiras de carne impregnadas en el adobo. Tapamos y dejamos reposar en la nevera.
2. El siguiente paso, si no las compramos ya hechas, es hacer la masa para el pan de pita. Amasamos durante 8-10 minutos, hacemos una bola, tapamos y dejamos reposar en un lugar cálido durante 30 minutos. Mientras tanto hacemos la salsa de tomate, para ello picamos el ajo y la cebolla en tacos finos, ponemos en una cazuela un chorro de aceite a fuego medio y en ella los sofreímos hasta que la cebolla quede transparente. A continuación añadimos el tomate natural triturado, el curry y opcionalmente el azúcar. Mezclamos, tapamos y dejamos que se cocine a fuego medio durante unos 10 minutos, dándole la vuelta de vez en cuando. Una vez cocinada podemos triturarla para conseguir una salsa más fina.
3. Una vez que ha reposado la masa para el pan de pita, ponemos a precalentar el horno a 240º C = 460º F. Enharinamos la superficie de trabajo, vertemos la masa, le quitamos el aire, cortamos en 8 porciones y hacemos los panes de pita. Los distribuimos en una fuente plana con papel de horno y horneamos a 240º C durante 5 ó 6 minutos, hasta que suban y tomen un ligero color dorado. Retiramos y dejamos enfriar sobre una rejilla. Ponemos a calentar una sartén o plancha con el fuego alto y cuando esté bien caliente, añadimos una ración de la carne adobada. No debemos echar demasiada, para que no se cueza la carne. La separaremos y la cocinaremos hasta que quede bien hecha y dorada, dándole la vuelta cuando lo necesite. En un par de minutos ya estará lista.
4. Ahora ya tenemos todos los ingredientes listos, lavamos, escurrimos y picamos en tiras pequeñas la lechuga y la disponemos con los demás ingredientes para montar nuestros Döner Kebab de ternera. Comenzamos abriendo hasta la mitad el pan de pita, presionamos en los laterales y en el hueco que se forma echamos una base con salsa de tomate y salsa de yogurt, añadimos un montoncito de lechuga y otro de la carne de ternera. Mojamos de nuevo con salsa de tomate y salsa de yogurt y añadimos otra ración de lechuga y carne, finalizando con salsa de tomate y salsa de yogurt. Serviremos acompañado de las dos salsas para que los comensales puedan añadir más a su gusto. También podemos servirlo en un plato con

Kebab casero con salsa de yogur

el pan de pita al lado

Consejos y trucos

- Podemos utilizar tomate natural en lugar del triturado. Se cortaría en dados finos quitándole antes la piel y lo añadiríamos cuando la cebolla estuviese transparente. Se tritura una vez cocinada e incluso podemos pasarla por un chino si la queremos superfina. Esta salsa es ideal para acompañar carnes, ensaladas o cualquier bocata, y en combinación con la salsa de yogurt es una auténtica delicia.
- Las especias base para esta receta son las de curry, si alguna de las otras falla, todavía tendríamos un sabroso Döner kebab listo para disfrutar. Podemos utilizar también carne de cordero, que es la original u otras como el cerdo. Aunque su «inventor» no era partidario de ello, también queda muy rico con pollo.
- Hacer este Döner Kebab de ternera para 8 raciones nos ha llevado en total una hora, ya que la salsa de yogurt se hace en dos minutos, la preparación de la carne otros cinco, el amasado en diez minutos y mientras reposa se prepara la salsa de tomate. Tras el reposo mientras se hace los panes se calienta el horno, se hornean los panes en cinco minutos y la carne en otros cinco. Si deseamos hacer un Döner kebab más rápido podemos dejar preparadas las salsas del día anterior, al igual que la carne adobada. Preparamos el pan, cortamos la lechuga, asamos la carne y calentamos la salsa de tomate y a disfrutar...
- Esta receta es baja en calorías, ya que para la carne sólo utilizamos el aceite de oliva del adobo y en la salsa de yogurt y ajo tenemos las grasas saludables del aceite.

Sin gluten

- Esta receta es apta para las personas que tienen intolerancia al gluten, ya que todos los ingredientes que utilizamos están libres de gluten y los panes de pita podemos hacerlos o comprarlos con harina sin gluten.