

ZUTATEN

4 1 PORTIONEN

🕒 30 MIN

🍴 MITTEL

1 Schalotte
1 halbe Knoblauchzehe
10 g Ingwer
20 ml Sesamöl
2 Datteltomaten
15 g Frühlingslauch
100 g Kichererbsen
200 ml Kokosmilch
2 Stk. Kaffir-Limettenblätter
1 Handvoll Korianderblätter
1 Gramm Kurkuma getrocknet
1 Handvoll Minzblätter
1 Messerspitze Chilipaste, rot
Optional für die Deko: Alfalfa Sprossen
1 Prise Sesam
1 halbe Chili (grün, Jalapeños)
1 Pkg. Garden Gourmet Vegane Filet-Stückchen
1 Prise Ras el al nut (Gewürzmischung)

ZUBEREITUNGSEMPFEHLUNG

1. Zubereitung Wokpfanne

Die Schalotte, den Knoblauch sowie den Ingwer schälen und dann kleinschneiden.

Das Sesamöl im Wok auf mittlerer Temperatur erhitzen und die Schalotten, Knoblauch und den Ingwer anschwitzen.

Tomaten und Frühlingslauch waschen und in ca. 2 cm große Stücke schneiden. Dann mit in den Wok dazugeben und anschwitzen.

Chili im Ganzen schräg schneiden und zusammen mit den Kichererbsen in den Wok geben.

2. Zubereitung Wokpfanne

Die Kokosmilch vor dem Öffnen gut durchschütteln und damit den Wok ablöschen.

Kaffirblätter, Koriander und Minze grob zupfen und dazugeben. Im Anschluss die Veganen Filet-Stückchen beifügen.

Den Wok mit Sesam, Kurkuma, Chilipaste und Ras el al nut abschmecken.

3. Es kann angerichtet werden!

Servieren und mit Alfalfa Sprossen dekorieren.

**ENTDECKE WEITERE REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.DE**