

ZUTATEN

1 Packung Garden Gourmet Vegane Falafel
1 rote Zwiebel
2 Salatgurke
1 Packung Feldsalat
1 Limette
200g grüner Humus
1 TL Z-atar



Saftige vegane Bällchen, frisches Gemüse und cremiger grüner Hummus. Dieses Rezept ist ein köstlicher, pflanzlicher Genuss.

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Falafeln anbraten

Die Zwiebel schälen, halbieren und die Hälften in dünne Keile oder halbe Ringe schneiden. Großzügig mit Limettensaft beträufeln und eine Zeit lang marinieren lassen. Die Veganen Bällchen nach den Anweisungen auf der Packung braten.

2. Servieren und genießen

Die Salatgurke in Scheiben schneiden. Eine dicke Schicht Hummus auf einen Teller geben. Etwas Feldsalat und anschließend die veganen Bällchen verteilen. Mit Gurkenscheiben, roten Zwiebeln und Minze garnieren und mit Za-Atar bestreuen.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE