

SALAT MIT FILET-STÜCKCHEN, FRÜCHTEN UND KICHERERBSEN

PRODUKTE

 4 PORTIONEN

 10 MIN

 EINFACH

2 Pkg. Garden Gourmet Vegane
Filet-Stückchen

100 g Cashewkerne (oder halb
Cashew und halb Pekannüsse)

1 verzehrfertige Mango

1 verzehrfertige Avocado

150 g Spinatblätter

300 g Ananas

200 g Kichererbsen (aus der Dose)

100 g Granatapfel

30 ml Zitronensaft

3 EL pflanzliches Öl

2 EL Agavensirup

Frisch gemahlener Pfeffer

1 EL Hanfsamen

Genießen Sie diesen erfrischenden Fruchtsalat mit Mango-, Ananas-, Kichererbsen- und veganen Filet-Stückchen. Ideal für sonnige Tage.

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Zubereitung Vegane Filet-Stückchen

Die Cashewkerne in einer trockenen Pfanne rösten und getrennt aufbewahren. Erhitzen Sie das Öl in derselben Pfanne und braten Sie die Garden Gourmet Vegane Filet-Stückchen gemäß den Anweisungen auf der Verpackung.

2. Zubereitung Salat

In der Zwischenzeit den Salat vorbereiten. Die Spinatblätter in eine Schüssel geben. Obst und Avocado in Würfel schneiden und mit dem Salat vermischen.

3. Vorbereitung Dressing

Ein Dressing aus Zitronensaft und Agavensirup zubereiten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Das Dressing über den Salat gießen und diesen auf den Tellern anrichten.

4. Es kann angerichtet werden!

Die Cashewkerne, Kichererbsen und Garden Gourmet Vegane Filet-Stückchen darüber verteilen, dann mit Granatapfel und weiteren Fruchtstücken garnieren.

**ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF
GARDENGOURMET.DE**