

ZUTATEN

1 Packung Garden Gourmet Vegetarische Gemüsebällchen
200 g Perlcouscous
2 rote und 1 grüne Paprika
1 große Zwiebel
1 Knoblauchzehe
700 ml Gemüsebrühe
2 Dosen gewürfelte Tomaten (je ca. 400 g)
ein Schuss (vegane) Sahne
2 TL geräucherter Paprika
ein kleiner Bund Petersilie (zum garnieren)
Öl zum braten

TIPPS

Serviervorschlag.

Köstlich zu einem Salat aus z.B. Feldsalat, Tomaten und Feta-Käsewürfeln. Mit einem Dressing aus Rotweinessig, Olivenöl und einem Teelöffel Honig und einem Teelöffel Senf.



Dieses leckere Couscous-Gericht Gulasch mit Garden Gourmet Vegetarische Gemüsebällchen ist wirklich schnell und einfach zuzubereiten und du brauchst dazu nur eine Pfanne!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

- 1.** Die Zwiebel in halbe Ringe schneiden und den Knoblauch hacken. Paprika in Streifen schneiden. Alles in einer Kasserolle ca. 10 Minuten in reichlich Öl anbraten, mit dem Paprikapulver bestreuen und erneut einige Minuten braten.
- 2.** Couscous und Brühe zugeben und aufkochen. 8 Minuten köcheln lassen, bis der Couscous gerade gar ist.
- 3.** Die Garden Gourmet Gemüsebällchen unterheben und die gewürfelten Tomaten dazugeben. Aufkochen und etwa 5 Minuten köcheln lassen, bis die Garden Gourmet Gemüsebällchen warm sind.
- 4.** Mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Schuss Sahne durch das Gulasch rühren. Abschließend mit grob gehackter Petersilie garnieren.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE