Brokkoli-Kichererbsen-Pfanne mit Tahini

➤ Beschreibung

Leicht orientalisch angehaucht, cremig durch Tahini und knackig durch Brokkoli – ein echtes Powergericht voller pflanzlichem Eiweiss.

➤ Zutaten

- 2 Dosen Kichererbsen
- 1 Brokkoli
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 2 EL Tahini
- 2 EL Zitronensaft
- 1 Knoblauchzehe
- Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel

➤ Zubereitung

1. Zwiebel, Knoblauch anbraten.

2. Brokkoli & Karotten in kleine Stücke schneiden, dazugeben.

3. Kichererbsen zufügen, würzen.

4. Tahini + Zitronensaft als cremiges Dressing einrühren.

Erstellt mit der ZUTATO-App

RECIPE SCANNER