KICHERERBSENSALAT MIT APFEL UND VEGANEM SCHNITZEL

ZUTATEN

2 PORTIONEN

15 MIN

EINFACH

1 Packung Garden Gourmet vegane Schnitzel

75 g Rucola

2 vorgekochte Rote Bete

1 kleine rote Zwiebel

1 kleine Dose Kichererbsen (140g)

1 (grüner) Apfel

Knackiger Salat mit Apfel, Kichererbsen und unserem veganen Schnitzel. Erfrischend, spritzig und geschmackvoll. Perfekt für ein leichtes und leckeres Essen!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Gemüse vorbereiten

Die Zwiebel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Den Apfel waschen und in Spalten oder Stücke schneiden. Die Rote Bete abspülen und ebenfalls in Stücke schneiden, die Kichererbsen abtropfen lassen.

2. Dressing hinzufügen

In einer Schüssel den Apfel mit der Roten Bete, den Kichererbsen und der Zwiebel mischen. Mit Salz, Pfeffer, Olivenöl und Balsamico-Essig würzen. Den Rucola auf 2 Teller verteilen und die Gemüsemischung darüber verteilen.

3. Schnitzel anbraten und servieren

Die Schnitzel nach Packungsanweisung knusprig und braun braten. In Streifen schneiden und auf dem Salat verteilen.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE