

ZUTATEN 1 PORTION 15 MIN EINFACH

1 Packung Garden Gourmet Rote Bete Falafel

35 g Gurke

10 g Tahini-Paste

20 g Petersilie

10 g Koriander

30 ml Olivenöl

15 ml Essig

2 Knoblauchzehen

1/2 TL Kreuzkümmel

50 ml Wasser

Etwas Petersilie oder Thymian zum garnieren

Auf der Suche nach einem gesunden Snack für Freunde und Familie? Probiere unsere saftigen Rote Bete Falafel Appetizer aus – Schnell, einfach und voller guter Zutaten!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG**1. Dressing zubereiten**

Petersilie und Koriander klein hacken und mit Öl, Knoblauch, Essig, Kreuzkümmel und etwas Wasser zu einem Dressing verrühren.

2. Rote Bete Falafel und Gurke zubereiten

Die Rote Bete Falafel nach Packungsanweisungen zubereiten. In der Zwischenzeit die Gurke würfeln.

3. Servieren!

Die Rote Bete Falafel mit dem Dressing, etwas Tahini-Paste und Gurkenstücke toppen und mit Petersilie oder Thymian garnieren. Fertig!

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