



2 PORTIONEN LILA SÜSSKARTOFFEL FETTUCCINE MIT WÜRZIGEN KICHERERBSEN

ZUTATEN

- 100 g Süßkartoffel Fettuccine, gekocht

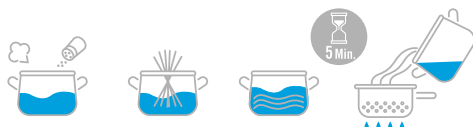
SAUCE

- ½ kleine rote Zwiebel, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, zerkleinert
- 50 g gekochte Kichererbsen
- 1 TL Chiliflocken
- SPZ (Salz, Pfeffer, Zucker)
- 200 ml Tomatenpürree mit Basilikum
- 2 EL Olivenöl

TOPPING

- Chiliflocken
- Frische Petersilie

Die Süßkartoffel Fettuccine im Salzwasser kochen.



In einem Topf Olivenöl erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch dünsten. Nach 2 Minuten die Kichererbsen hinzufügen, mit SPZ und Chiliflocken würzen und ca. 2 Minuten erhitzen. Dann das Tomatenpürree hinzufügen und bei geringer Hitze 5 Minuten köcheln lassen. Süßkartoffeln Nudeln mit der Sauce vermischen.

Voila... Enjoy... Just Taste!



VEGAN



PROTEIN



GLUTENFREI

