

## ÖSSZETEVŐK

1 csomag Garden Gourmet Vegán Nuggets

1/2 fej jégsaláta

2 db paradicsom

1/2 db uborka

1/2 db kaliforniai paprika

1/2 db vöröshagyma

4 evőkanál metélőhagyma

4 pita, sima vagy teljes kiőrlésű

4 evőkanál vegán termék joghurtos öntet helyettesítésére



Mi lehetne jobb ötlet a következő piknikedre, mint egy könnyű vegán pita? 15 perc alatt elkészül, és mindössze néhány hozzávalóra van szükséged – köztük a Garden Gourmet Vegán Nuggetsre.

## ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

### 1. SÜSSÜK MEG A NUGGETSEKET

Süssük meg a Garden Gourmet Vegán Nuggetseket a csomagolás hátoldalán található módon.

### 2. PIRÍTSUK MEG A PITÁT

Forró grillen vagy mikrohullámú sütőben süssük meg a pitákat, amíg fel nem puffadnak.

### 3. NYISSUK KI A PITÁKAT

Vegyük ki, és vágjuk le a pita tetejét. Vigyázzunk a forró gőzzel!

### 4. MOSSUK MEG ÉS VÁGJUK FEL A ZÖLDSÉGEKET

Megmossuk a zöldségeket. A jégsalátát vékony csíkokra, a paradicsomot szeletekre vágjuk, a kaliforniai paprikát, az uborkát és a lilahagymát felkockázzuk.

### 5. TÖLTSÜK MEG A PITÁKAT

Ízlés szerint állítsuk össze a pitákat, majd egy kis vegán szósszal és egy kis apróra vágott metélőhagymával tálaljuk.

**TOVÁBBI RECEPTEKÉRT LÁTOGASS EL A  
[WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK](http://WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK) OLDALRA!**