

ZÖLDSÉGES TÉSZA VEGÁN PIRÍTOTT FALATOKKAL

ÖSSZETEVŐK

1 csomag Garden Gourmet Vegán Pirított Falatok

2 darab sárgarépa

2 db paprika (piros és sárga)

4 darab újhagyma vagy 2 db vékony póréhagyma

1 darab lilahagyma

150 g rizstészta

1 evőkanál olaj

2 evőkanál szójaszósz

🍴 2 ADAG

🕒 35 PERC

👤 KÖNNYŰ

Egy könnyű, mégis laktató nyári fogásra vágysz? Ne keresséj tovább! Ezzel a zöldséges tészta-recepttel garantáltan óriási sikert arathatsz – főleg akkor, ha a Garden Gourmet Vegán Pirított Falatokkal készíted el ezt a finomságot!

ELKÉSZÍTÉSI JAVASLATOK

1. Készítsük elő a zöldségeket!

Hámozzuk meg és kockázzuk fel a lilahagymát. Ezután hámozzuk meg és szeleteljük fel a sárgarépát, majd vágjuk a paprikát csikokra és daraboljuk fel az újhagymát.

2. Süssük meg, és közben keverjük össze a Garden Gourmet Vegán Pirított Falatokat és a zöldségeket!

Hevítsük fel az olajat egy nagy serpenyőben, és néhány percig barnítsuk a filédarabokat. Sütés közben adjunk hozzá egy csipetnyi szósz, majd szedjük ki a falatokat a serpenyőből. Ezután rakjuk bele a zöldségeket, pár percig kevergetve pirítsuk ropogósra a zöldségeket, ismét adjunk hozzá egy kis szósz, és helyezzük vissza a falatokat a serpenyőbe.

3. Készítsük el a rizstésztát!

A rizstésztát tegyük egy nagyobb edénybe. Forró vízzel öntsük le, és fedő alatt 10-15 percig hagyjuk állni, néha megkeverve, hogy ne ragadjon össze. (Olvassuk el a csomagoláson található főzési útmutatót is!)

4. Tálaljuk a fogást!

Kanalazzuk rá a rizstészta tetejére a korábban elkészített ételt, majd tálaljuk azt a vendégeinknek!

CULINARY TIP

Extra fűszerezésért

Adjunk hozzá egy kis reszelt friss gyömbért és/vagy egy kanál sambalt.

**TOVÁBBI RECEPTEKÉRT LÁTOGASS EL A
WWW.GARDENGOURMET.HU/RECEPTEK
OLDALRA!**