

## Bunte Gemüsepfanne

### Zutaten

- 6 kl. St. Kartoffeln
- 1/2 St. Spitzkohl
- 1 kl. St. Mangold
- 2 St. Spitzpaprika
- 200g Champignons
- 5 Stängel Petersilie glatt
- 150-200g Kichererbsen
- 1 Zitrone
- 2 St. Möhren
- 1 Stange Porree
- 2 EL Sojasoße
- 1 TL Kurkuma gem.
- nach Belieben Sesam
- nach Belieben Pfeffer
- 2-3 EL Öl zum Braten

### Zubereitung für 2-3 Personen

Kartoffeln schälen und kochen. Porree, Spitzkohl, Spitzpaprika und Mangold in Streifen schneiden. Möhren in Stücke schneiden. Champignons je nach Größe halbieren oder vierteln. Alles zusammen mit Kurkuma in der Pfanne anbraten. Alles eine Zeit braten lassen. In der Zwischenzeit Petersilie zupfen. Die Kichererbsen abgießen (wenn aus dem Glas) und abwaschen. Die Zitrone auspressen und den Saft in die Pfanne geben. Mit Sojasoße und Pfeffer abschmecken. Mit Sesam bestreuen und mit einem Dip servieren. Eine vegane Mayo passt perfekt. Guten Appetit!

