

Kichererbsensalat „Sehnsucht“

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Dosen Kichererbsen à ca. 260 g EW
- 2 El Olivenöl
- 2 gute Prisen Meersalz
- frischer, schwarzer Pfeffer
- ½ Bund frische Petersilie
- 1 Glas Weckzeit-Chutney Möhre-Ingwer „Sehnsucht“

Die Kichererbsen in einem Sieb abgießen, mit klarem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. In eine Salatschüssel geben und mit ca. ½ Glas Chutney vermengen. Die frische Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. Fügen Sie nun Olivenöl, Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer und die Petersilie hinzu und mischen das Ganze gut unter. Dieser Salat eignet sich hervorragend als Beilage zu z. B. Grünkern-Bratlingen oder als Hauptspeise in der Vollwertküche. Planen Sie dann nur die doppelte Portion pro Gast ein.

Guten Appetit!