



ALNATURA

Sinnvoll für Mensch und Erde

Rezeptidee

Grüne-Erbсен-Drelli mit Tomaten-Kichererbsen-Sauce



Zutaten Für 4 Portionen

- 500 g Alnatura Grüne-Erbсен-Drelli (2 Pck)
- 350 g Alnatura Kichererbsen (1 Glas)
- 2 rote Zwiebeln
- 80 g Alnatura Datteln entsteint
- 300 g Kirschtomaten
- 1 Bund Petersilie
- 4 EL Alnatura Italienisches natives Olivenöl extra
- 1/2 TL Alnatura Cayennepfeffer gemahlen
- Alnatura Meersalz mit Jod

Zubereitung Zubereitungszeit ca. 20 min

1. Grüne-Erbсен-Drelli nach Packungsanleitung zubereiten.
2. Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen.
3. Zwiebeln schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Datteln quer in feine Ringe schneiden. Kirschtomaten waschen und vierteln. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und grob hacken.
4. In einer beschichteten Pfanne Öl erhitzen und Zwiebeln darin 1 min glasig dünsten. Tomatenstücke, Dattelringe und Pfeffer hinzugeben und 3 min bei mittlerer Hitze einkochen lassen. Kichererbsen dazugeben und 1 min mit erhitzen. 2/3 der gehackten Petersilie unter die Sauce heben und mit Salz abschmecken.
5. Die Nudeln auf Teller verteilen und mit der Sauce und der restlichen Petersilie servieren.