



Vegane Chorizo peruanische Art

auf Ofenkartoffeln mit würziger Gemüsepfanne



ca. 30min



3-4 Personen

Lomo saltado ist ein beliebtes, traditionelles peruanisches Pfannengericht, das in der Regel mariniertes Fleisch mit Zwiebeln, Tomaten und Kartoffeln kombiniert. Heute haben wir allerdings das Fleisch ausgewechselt und dafür vegane Chorizo ins Spiel gebracht. Peperoni, Paprika und Sojasauce sind ebenfalls mit von der Partie. Zu guter Letzt bestreust du diesen bunten Festschmaus mit aromatischem Koriander. Guten Appetit!

- 1kg festkochende Kartoffeln
- 10 vegane Chorizos ¹
- 2 Paprika
- 4 Tomaten
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Peperoni
- 2 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 50ml Tamari-Sojasauce ¹
- 20g Koriander

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- 2 Backbleche und Backpapier
- große Pfanne
- Messbecher

Allergene

Nährwertangaben pro Portion

Energie 633kcal, Fett 30.3g,
Kohlenhydrate 59.0g, Eiweiß 26.1g



1. Kartoffeln backen



4. Gemüse braten



2. Chorizo braten

A top-down view of a black frying pan containing a mixture of sliced red bell peppers, onions, and ground meat, cooking on a light-colored surface.

5. Sauce köcheln

A white rectangular cutting board is placed on a grey surface. On the board, there are three types of sliced vegetables. On the left, there are several slices of red tomatoes, some cut in half and others in quarters. In the center, there are two stacks of sliced onions; the top stack consists of thin, semi-circular slices, and the bottom stack consists of thicker, curved slices. On the right, there are several long, thin slices of red bell peppers, some showing the internal seeds.

3. Gemüse schneiden

A bunch of fresh green cilantro leaves and stems is placed on a white cutting board. The cilantro has bright green, feathery leaves and some stems. The cutting board is set against a light-colored, textured background.

6. Koriander schneiden

Inzwischen den **Koriander** grob schneiden. Die **Chorizo** in die Pfanne einrühren und ca. 1Min. durchwärmen lassen. Die **Chorizo-Gemüse-Pfanne** auf den **Kartoffeln** anrichten, mit der **Sauce** übergießen und mit dem **Koriander** garniert servieren.