



Vegane Chorizo peruanische Art

auf Ofenkartoffeln mit würziger Gemüsepfanne



ca. 30min



2 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!

- 1 Packung festkochende Kartoffeln
- 5 vegane Chorizos ¹
- 1 Paprika
- 2 Tomaten
- 1 rote Zwiebel
- 1 Peperoni
- 1 Päckchen mexikanische Gewürzmischung
- 25ml Tamari-Sojasauce ¹
- 10g Koriander

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl
- Essig

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne
- Messbecher

Allergene

Sojabohnen (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 630kcal, Fett 32.0g,
Kohlenhydrate 55.0g, Eiweiß 25.7g



1. Kartoffeln backen

A black frying pan filled with sautéed vegetables, including red bell peppers, tomatoes, and onions, on a light-colored surface.

4. Gemüse braten



2. Chorizo braten

A black frying pan filled with sautéed red bell peppers and onions, with a black handle extending to the left.

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 strips of red bell peppers, some of which are cut lengthwise.

3. Gemüse schneiden

A pile of fresh green cilantro leaves is centered on a white cutting board. The leaves are bright green and have a distinctively lobed or 'fingerprint' shape. Some stems are visible, and the pile is somewhat compact. 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. 1 Min. durchwärmen lassen. Die **Chorizo-Gemüse-Pfanne** auf den **Kartoffeln** anrichten, mit der **Sauce** übergießen und mit dem **Koriander** garniert servieren.