



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

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

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 in oil. The ingredients are sizzling and the pan is set 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 red onions, showing their purple and white layers. To the right of the onions, there are several slices of red bell peppers, cut into thin, curved strips. Above the bell pepper strips, there is a small pile of red bell pepper seeds and membranes.

3. Gemüse schneiden

A pile of fresh green cilantro leaves, including stems and leaves, resting on a white cutting board. The leaves are bright green and have a characteristic feathery shape. The cutting board is placed on a light-colored, textured surface.

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.