

Warmer Kichererbsen Salat



Schwierigkeitsgrad
leicht



Portion/ Größe
2 Portionen



Zubereitungszeit
20 Minuten

Zutaten

2 Karotten
2 Kartoffeln
1 Stück Lauch
1 Pkg. verzehrfertige Kichererbsen (180 Gr.)
Ca. 80 Gramm Vogerlsalat
20- 30 Gramm Speck oder Hartwurst
Salz, Pfeffer, Thymian
Butter



Zubereitung

Karotten und Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Lauch in Ringe. Speck/ Wurst ebenfalls klein würfeln, den Salat waschen.

In eine Pfanne ein wenig Butter zergehen lassen und das Gemüse scharf anrösten. Speckwürfel untermengen und kurz mitbraten. Lauch zufügen und das Ganze vermengen.

Zum Schluss Kichererbsen zufügen, kurz mitbraten und mit den Gewürzen abschmecken.

Den Salat auf dem Teller oder im Glas anrichten. Die warme Kichererbsen- Mischung in die Mitte darauf legen. Das Essen je nach Geschmack mit Balsamico oder Dressing servieren.

Gedanken: unter der Woche am Abend gibt es bei uns oft Salat. Ich versuche immer wieder eine neue

Salatvariation auf den Tisch zu bringen, damit es nicht zu langweilig wird. Dieser Salat ist einer unserer Lieblinge. Das warme Gemüse passt sehr gut zu dem knackigen Vogerlsalat. Ich brauche gar kein Dressing dazu, aber man kann ihn auch mit einem Joghurt Dressing oder Balsamico verzehren.

Statt Kichererbsen kann man für den Salat auch Bohnen oder Linsen verwenden.