

Asia Gemüsepfanne



Zutaten 1 Person:

- ✓ 225 g Süßkartoffel
- ✓ 150 g Babyspinat
- ✓ 1 TL Pinienkerne
- ✓ 1 Paprika (Orange)
- ✓ 1 Möhre
- ✓ 150 g Zuckerschoten
- ✓ Salz & Pfeffer
- ✓ 1 TL Chinese Allrounder (Justspices)
- ✓ 1 Schuss Teriyakisoße
- ✓ 1 EL Olivenöl

© Stephanie Natalie

Zubereitung:

1. Süßkartoffel abkochen.
2. Süßkartoffel schälen und in kleine Stücke schneiden (auch Paprika und Möhre) und in Olivenöl anbraten. Möhren, Paprika und dann die Zuckerschoten hinzufügen und mitschwenken.
3. In einem anderen Topf den Babyspinat in etwas Fett zerfallen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen und Pinienkerne untermischen.
4. Die Gemüsemischung mit Salz und Pfeffer und dem Chinese Allrounder würzen. Mit einem Schuss Teriyakisoße ablöschen.
5. Den Spinat auf dem Teller als Beet anrichten und die Gemüsemischung drauf verteilen.