

gefüllte Pita Brote (vegi) von Küche JWK

Mengen für 10 Personen

Gewürze: Pfeffer, Salz

20 g Tortillas (Fladenbrot)	2 cm wegschneiden , Brottasche öffnen
2.0 g Gurken	waschen und rädeln
1.0 Stück Salat	waschen und schneiden
5.0 Stück Tomaten	waschen und schneiden fein Tomaten, Gurke und Salat kann nun auf die Seite getan werden
750 kg Veganes Hackfleisch aus Erbsenprotein	auf grosser Stufen erhitzen mit Öl.
1.0 Stück Zwiebeln	fein schneiden und zugeben und dämpfen mit dem Hackfleisch
1.0 Tube(265g) Mayonnaise	kann als sauce dienen
1.0 g Ketchup	kann als Sauce dienen

Es ist ideal für eine Schnelle Mahlzeit und jeder kann frei wählen, was man im Pita haben möchte.