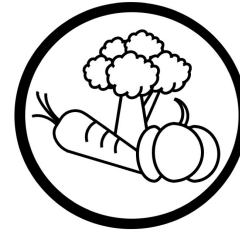


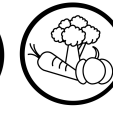
Broccoli Fajitas



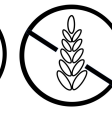
4 Portionen



Vorbereitung
20 Minuten



Vegi



Gluten
frei



Laktose
frei



Thermomix TM
Rezept

250g Quinoa
500g kalte Bouillon

Quinoa im *Thermomix® 10 Sekunden auf Stufe 10 zu Mehl verarbeiten. Die kalte Bouillon hinzufügen und nochmals 10 Sekunden auf Stufe 10 mixen.

*oder einen andern Hochleistungsmixer

Den flüssigen Teig in einer Bratpfanne ohne Fett bei starker Hitze ausbacken. Wenn sich der Teig von der Pfanne löst, wenden.

1 Broccoli
1 Peperoni in Würfel
3EL Mandelblätter

Broccoli waschen, die Röschen trennen, den Stiel schälen und in Würfel schneiden. Zusammen mit den Mandelblättchen und der Peperoni in einer fettfreien Bratpfanne rösten.

Salz und Pfeffer

Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Quinoa-Fajitas servieren.

