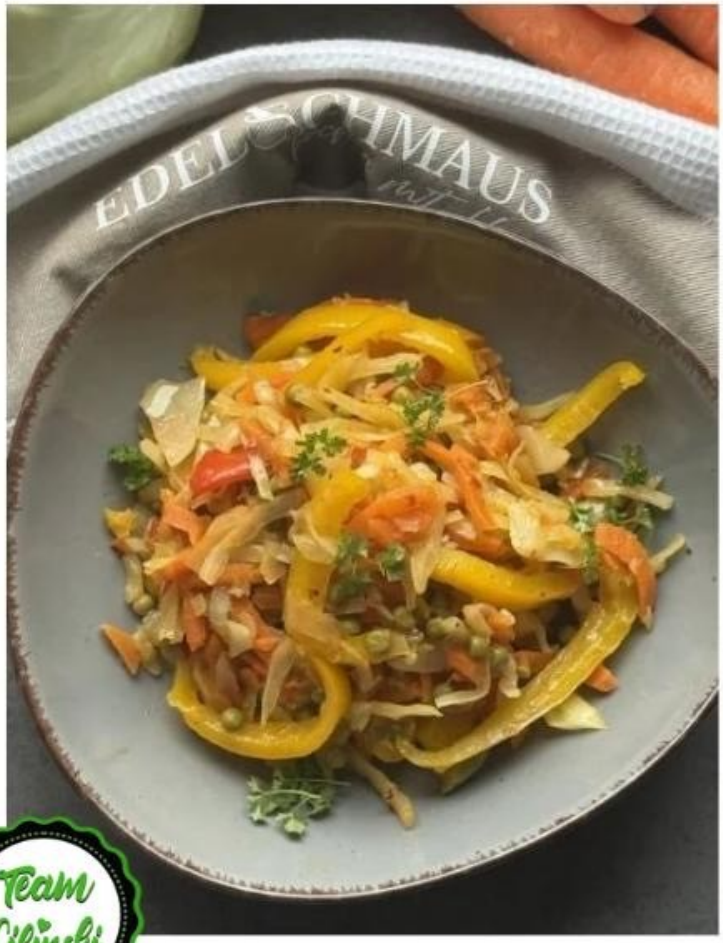


Krautpfanne Chaka

4 Personen 50 Minuten

ZUTATEN

2 Zwiebeln, fein gewürfelt
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
2 Chilischoten rot, fein gehackt
100 ml Bratlust*
2 Paprika gelb, in Streifen
1 Paprika rot, in Streifen
500 g Weißkohl, gehobelt
500 g Möhren, geraspelt
1 gehäufter EL Chakalaka*
150 g Erbsen, aus der Dose
1 TL Knobi Genuss Salz*
Meersalz*
Regenbogen Pfeffer*

*Original Edelschmaus

ZUBEREITUNG

In einer Pfanne die Hälfte des Öls erhitzen. Zuerst Zwiebeln, Chili und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze anschwitzen, bis sie weich und aromatisch sind.

Dann die Paprikastreifen hinzufügen und unter ständigem Rühren 2–3 Minuten anbraten.

Anschließend das restliche Öl zugeben und Kohl sowie Möhren einrühren. Das Gemüse bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Rühren garen, bis es bissfest ist.

Zum Schluss die abgetropften Erbsen unterheben und kurz erwärmen. Die Gemüsepfanne mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken und direkt servieren.

Team Cilinski

selbstständiger Berater
EDELSCHMAUS
kochen mit Herz