

Schneller Avocado-Kichererbsen-Salat mit Feta

VORBEREITEN

5
Min.

ZUBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

350 g Kichererbsen
2 Avocados
1 Handvoll Koriander
1 kleine rote Zwiebel
100 g Feta
1 Limette (gepresster Saft)
Salz, Pfeffer

Wenn es etwas gibt, das ich einfach immer essen kann, dann sind es Kichererbsen! Sie pepen jedes Gericht auf und sind kulinarisch vielseitig einsetzbar - egal ob in Currys, Saucen oder Salaten. Die Hülsenfrüchte sind nicht nur wahnsinnig gesund, sondern auch unglaublich nahrhaft und halten somit lange satt. Perfekt für den Feierabendhunger! Wenn sich dann auch noch cremige Avocado und Fetawüfel dazugesellen, ist das kulinarische Träumchen perfekt.

Mit diesem leckeren Salat zauberst du in nur 10 Minuten ein Sattmachergericht auf den Tisch, das dich mit viel Eiweiß versorgt. Limettensaft und Koriander sorgen für extra Frische!

- 1 -

Kichererbsen unter fließendem Wasser waschen. Avocados entkernen und von der Schale befreien.

- 2 -

Avocado und Feta würfeln. Zwiebel zerkleinern. Koriander waschen und fein hacken.

- 3 -

Alle Zutaten in eine große Schüssel geben und miteinander vermengen. Limettensaft dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.