

Crispy Chickpeas

Kichererbsen werden unterschätzt! Sie enthalten wichtige Ballaststoffe und sind eine tolle Eiweissquelle



Zutaten:

- 4-5 Kartoffeln
- 1 Dose Kichererbsen (abgewaschen)
- 2 EL Paprikapulver, Kräuter, Salz, Gewürze
- Etwas Öl (Olivenöl)
- Avocado/Rucola Pasta (*Rezept auf meiner Homepage*)
- *Parmesan oder Reibkäse

Zubereitung:

Die Kartoffeln nach Belieben schneiden und gemeinsam mit den Kichererbsen und den Gewürzen mit etwas Olivenöl für ca. 20 Minuten in den Backofen bei 190°C.

Auf einem Teller die Avocado/Rucola Pasta geben und die Kartoffeln und Kichererbsen drüber geben, mit etwas Parmesan bestreuen und schmecken lassen. 😊