



veganes Rührei mit Protein Chunks

Zutaten

50 g Protein Chunks

500 ml Wasser

2 Teelöffel Kala Namak

Etwas Öl zum Anbraten

1 Prise(n) Kurkuma

4 Esslöffel pflanzliche Joghurt-Alternative

Etwas Schnittlauch

Zubereitung

1.

Gib etwa 500 ml Wasser in eine Schüssel und rühre das Kala Namak ein.

2.

Kochzeit: 45 min

Gesamtzeit: 45 min

Portionen: 2

Füge die Protein Chunks hinzu (sie sollten gut mit Wasser bedeckt sein) und lasse sie etwa 30 Minuten ziehen.

3.

Erhitze etwas Öl in einer Pfanne. Gießen nebenbei die Protein Chunks schon einmal durch ein Sieb ab.

4.

Brate die Protein Chunks bei mittlerer Hitze und gib etwas Kurkuma für die gelbe Farbe hinzu.

5.

Wenn die Protein Chunks leicht angebraten sind, füge nach deinem Geschmack pflanzlichen Joghurt hinzu (je mehr du verwendest, desto cremiger wird die Masse).

Serviere dein veganes Rührei mit kleingeschnittenem Schnittlauch.