

**ZUTATEN** 2 PORTIONEN 20 MIN EINFACH

1 Packung Garden Gourmet Falafel  
400 g passierte Tomaten (aus der Dose)  
1 Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
Petersilie  
Cayennepfeffer  
etwas Olivenöl  
Salz

Dieses einfache Shakshuka-Rezept lässt dich reisen! Du benötigst nur 5 Zutaten und 20 Minuten, um dieses leckere vegane Rezept zuzubereiten.

**ZUBEREITUNG****1. Zwiebel und Knoblauch zubereiten**

Die Zwiebel und den Knoblauch hacken.

**2. Falafel kochen**

Einen EL Öl in eine heiße Pfanne geben und die Garden Gourmet Falafel unter gelegentlichem Wenden 6 Minuten goldbraun anbraten. Vom Herd nehmen und beiseite stellen.

**3. Zwiebel und Knoblauch kochen**

In derselben Pfanne einen weiteren EL Olivenöl hinzufügen und die Zwiebel und den Knoblauch mit einer Prise Salz bei mittlerer Hitze anschwitzen.

**4. Gewürze hinzufügen**

Den Cayennepfeffer nach Geschmack und die passierten Tomaten hinzufügen. Umrühren und weitere 5 Minuten kochen.

**5. Anrichten und servieren**

Die Garden Gourmet Falafel dazugeben und einige Minuten mit der Sauce kochen. Mit gehackter Petersilie garnieren und servieren.

**FINDE WEITERE REZEPTE AUF  
GARDENGOURMET.CH/DE**