

# TORTILLA MIT CURRY TEMPEH

🕒 25 MIN

🌱 (VEGAN)

🌾 GLUTENFREI

## Zutaten für 12 Tartes:

4 Vollgemüse Tortillas Rote  
Beete  
1 Packung CurryTempeh  
50g Edamame  
1-2 Handvoll Blattsalat  
1 Frühlingszwiebel  
4 EL Hummus  
frische Sprossen  
4 Datteln  
2 EL Kokos Chrips geröstet  
Sesam



## ZUBEREITUNG:

Tempeh in Streifen schneiden und mit etwas Olivenöl in einer Pfanne anbraten, bis der Tempeh etwas Farbe bekommt.

Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Datteln halbieren, entkernen und kleinschneiden.

Die Vollgemüse Tortillas mit Hummus bestreichen. Mit Tempeh, Edamame, Blattsalat, Frühlingszwiebel, Datteln und frischen Sprossen belegen. Mit Kokos Chips und Sesam toppen.

Tortilla einrollen und genießen.

