## FRÜHSTÜCKSTORTILLA

(J) 20 MIN

(VEGAN)



## **Zutaten für 2 Portionen:**

2 Vollgemüse Tortillas Karotte Handvoll Tomaten etwas Babyspinat

Rührei:

1 Block pur Kofu 50g pflanzlicher Joghurt 15g Speisestärke Kurkuma Kalamanak Salz Joghurtsoße: 200g pflanzlichen Joghurt Salz, Pfeffer Knoblauch

frische Kräutern



## **ZUBEREITUNG:**

Die Zutaten für das Rührei im Mixer zu einer Masse mixen und in einer Pfanne wie gewöhnliches Rührei anbraten. Tortilla mit Tomaten und Babyspinat befüllen. Dann das 'Ei' darauf geben Den Joghurt mit den Gewürzen abschmecken und auf die Tortilla geben.

