



Paella mit veganen Chicken Chunks und Erbsen

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
30min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Paprika, rot	2 St.
Paprika, gelb	1 St.
Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Öl	4 EL
Vegane Chunks, Chicken Style	555 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Currypulver	2 TL
Risottoreis	300 g
Erbsen, tiefgefroren	300 g
Gemüsebrühe	1 L
Frühlingszwiebeln	1 Bund
Zitronen	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

große Pfanne mit Deckel, Küchenkrepp

1. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen und klein hacken.
2. In einer Pfanne 2 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen und vegane Chunks ca. 6 Min. goldbraun anbraten. Chunks auf einem Teller beiseite stellen und Pfanne nicht säubern.
3. Pfanne erneut mit 1 EL Öl auf mittlerer Stufe erhitzen und Paprika mit Zwiebel und Knoblauch ca. 2 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer und Curry würzen. Reis und Erbsen zugeben, mit Brühe auffüllen und ca. 20–25 Min. zugedeckt bei kleiner Stufe gar köcheln. Nach ca. 10 Min. vegane Chunks unterheben.
4. Frühlingszwiebeln waschen, trocken schütteln und in Ringe schneiden. Zitrone waschen und vierteln. Frühlingszwiebeln zur Paella geben, kräftig abschmecken und jeweils mit einem Zitronenstück auf Tellern verteilt servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	705 kcal
Kohlenhydrate	94 g
Eiweiß	40 g
Ballaststoffe	15 g
Fette	16 g