

<https://www.rewe.de/rezepte/veganer-suesskartoffel-erdnuss-eintopf/>



Veganer Süßkartoffel-Erdnuss-Eintopf

Gesamt: 55 min
Zubereitung: 25 min

Zubereitung

1

Sie benötigen
Sparschäler

Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Sellerie putzen, waschen und in Stücke schneiden. Süßkartoffeln und Kartoffeln schälen und würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken.

2

Öl in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin bei schwacher Hitze glasig anbraten. Lorbeerblätter zugeben und mitschmoren. Sellerie, beide Kartoffelsorten und Knoblauch zugeben und alles ca. 5 Minuten anbraten.

3

Linsen zugeben, kurz mitbraten, dann mit Tomaten und 850 ml Wasser ablöschen. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel abschmecken, Erdnussbutter unterrühren und alles ca. 25 Minuten köcheln lassen. Kurz vor Ende der Garzeit die abgegossenen Kichererbsen unterrühren.

4

Sie benötigen
Zitruspresse

Petersilie waschen, trocken schütteln und hacken. Limettensaft auspressen.

5

Eintopf mit Limettensaft abschmecken, auf Schalen verteilen und mit Petersilie und Sojajoghurt anrichten.

Zutaten für 4 Portionen

1 große Zwiebel
1 Stange(n) Sellerie
400 g Süßkartoffeln
150 g Kartoffeln
2 Zehe(n) Knoblauch
2 EL Öl
2 Blätter Lorbeer
150 g Berglinsen
2 Dose(n) gehackte Tomaten
Salz
Pfeffer
Kreuzkümmel
2 EL Erdnussbutter
1 Dose(n) Kichererbsen
0,5 Bund glatte Petersilie
1 Limette
100 g Sojajoghurt

Benötigte Utensilien für dieses Rezept
Sparschäler
Zitruspresse