Bowl mit Tempeh und veganen Dips

Zubereitungszeit:
30 Min.

Zutaten:
fÃ¼r 2 PersonenÂ

- 2 EL Beetgold Rote Beete Aufstrich & Dip
- 2 EL Beetgold Pastinake Aufstrich & Dip
- 150 g Tempehmanufaktur Tempeh Gyros-â??GewÃ¼rz
- 1 halbe Tasse Quinoa
- 100 g Kichererbsen
- Â½ Rote Zwiebel
- Handvoll Salat
- 1 kleine Avocado
- Â¼ Gurke
- 30 g Edamame
- 1 Knolle gekochte Rote Beete
- 4 Cocktailtomaten
- Ein bisschen Rotkohl
- Ein kleines StÃ¼ck Feta und gerÃ¶stete Kerne zum Toppen
- Ã?l zum Braten
- Salz & Pfeffer
- GerÃ¤ucherte Paprika

Zubereitung:

Die Quinoa laut Packungsanleitung zubereiten. Den Tempeh in Dreiecke schneiden und in etwas Ã?l anbraten. Die Kichererbsen mit Salz, Pfeffer und gerÃ¤ucherter Paprika wÃ¼rzen und mit einem Schluck Ã?l in der HeiÃ?luftfritteuse bei 180Â° 15 min backen. In der Zwischenzeit das GemÃ¼se klein schneiden und den Salat waschen. In zwei Schalen alle Zutaten gleichmÃ¤Ã?ig verteilen und mit jeweils 1 EL Pastinake und Rote Beete Aufstrich servieren. Zum Schluss noch mit kleingebrÃ¶seltem Feta und gerÃ¶steten Kernen toppen.