

## Rezept: Kichererbsen-Topping

---

### Zutaten

Kichererbsen aus der Dose  
2 EL Olivenöl  
Salz, Curry, Paprikapulver



vegan

### Zubereitung

1. Heizt den Ofen auf 200 Grad vor.
2. Kichererbsen aus der Dose gründlich mit Wasser abspülen und in einem Küchensieb abtropfen lassen.
3. In einer großen Schüssel Kichererbsen mit 2 EL Olivenöl, 1 Teelöffel Salz, 1 Teelöffel Curry und 1 Teelöffel Paprikapulver marinieren und auf dem Backblech verteilen.
4. Für ca. 20 min. backen.
5. Abkühlen lassen und zum Salat servieren.

Weitere Praxistipps, Rezepte und Infos zum FreizeitFit4Kids-Programm findet ihr unter [www.freizeitfit4kids.de](http://www.freizeitfit4kids.de)

Wir freuen uns über Feedback und weitere Ideen von Euch. Gerne erstellen wir weitere Praxistipps gemeinsam mit Euch für unsere Website. Bei Interesse oder rücfragen, schreibt uns an [kontakt@freizeitfit4kids.de](mailto:kontakt@freizeitfit4kids.de)