



# Vegan Challenge Januar 2015

## Rezept 6 für Samstag, 17.01.2015

### **Christian`s vegane Gemüsepfanne**

Zutaten für 2 Personen: 4 mittelgroße Kartoffeln (vorwiegend festkochend)  
3 Zucchini  
2 Paprika (rot und gelb)  
1 mittelgroße Zwiebel  
150g Champignons  
Salz, Pfeffer, Paprika, Rosmarin  
Öl

Als erstes die Kartoffeln schälen und mit Rosmarin in ungesalzenem Wasser fast gar kochen. Hier gibt der Rosmarin den Kartoffeln ein schönes Aroma. Dann abgießen und auskühlen lassen.

Nun das Gemüse klein schneiden und der Reihe nach einzeln scharf anbraten und jeweils zur Seite stellen. Wichtig hierbei, wirklich alles einzeln anbraten und mit dem Gemüse anfangen, was die längste Garzeit hat (Paprika, Pilze, Zucchini).

Nun die Kartoffeln vierteln und mit den Zwiebeln ebenfalls scharf anbraten und anschließend das fertig gebratene Gemüse hinzufügen und alles vermengen. Nach belieben Würzen und alles zusammen einen kurzen Moment auf niedriger Hitze kochen lassen..

Am besten ist es, alles in der gleichen Pfanne zu machen, da hierbei ein super Aroma entsteht.

**Gutes Gelingen und guten Appetit 😊**

Christian