



Natürlich Portugal.

GEFÜLLTE TOMATEN

mit veganer Mandelfrischkäsecreme

ZUTATEN

4 kleine Tomaten

200 g veganer Mandelfrischkäse mit Schnittlauch (Yogan Vegan)

Orangensenf (POIS – Natürlich Portugal.)

Etwas Kokosmilch

Petersilie

Geröstete Sonnenblumenkerne

Salz

Pfeffer

ZUBEREITUNG

Den veganen Mandelfrischkäse im Verhältnis 10:1 mit Orangensenf mischen und mit etwas Kokosmilch aufrühren. Gehackte Petersilie und geröstete Sonnenblumenkerne dazugeben, salzen und pfeffern. Von den Tomaten den Deckel abschneiden, das Kerngehäuse entfernen und die Mandelfrischkäsecreme einfüllen. Wer mag, kann die restlichen Sonnenblumenkerne noch als Topping darüber geben.

BOM APETITE!

