



## Brokkoli, Kichererbsen in heller Soße

 45 min  
 5 Portionen  
 @cookingforpeanuts

Eine helle Soße, die gut zu Nudeln passt

### Zubereitung

**1** Zuerst die Cashews in kochendem Wasser einlegen, sodass die 2 cm bedeckt sind. Dann etwa 20 min ziehen lassen.

**2** in der Zwischenzeit den Brokkoli vorbereiten: säubern und in kleine Stücke zerlegen. Dann in kochendem Wasser etwa 3 min blanchieren. Dann unter kaltem Wasser abschrecken. In dem heißen Wasser des Brokkolis anschließend die Nudeln nach Bedarf kochen.

**3** Für die helle Soße die Cashew abgießen und mit den Hefeflocken, den Gewürzen und etwa 350 ml Wasser zusammen pürieren, bis eine glatte Soße entsteht. Die fertige Soße in einer großen Pfanne erhitzen, bis sie langsam eindickt. Dann Die Kichererbsen und den Brokkoli unterrühren. Mit Nudeln servieren.

### Zutaten

150 g	Cashews
	Wasser
300 g	Brokkoli
45 g	Hefeflocken
1 TL	Knoblauchpulver
1 TL	Zwiebelpulver
1 TL	Pfeffer
350 ml	Wasser
340 g	gekochte Kichererbsen
	Nudeln

### Anmerkung

*Damit der Brokkoli beim Kochen seine Farbe behält, etwa einen halben Teelöffel Natron ins Kochwasser geben.*