

**INGREDIËNTEN** 4 PORTIES 20 MIN GEMAKKELIJK

2 pakken Garden Gourmet vegan Falafel  
200g rucola / groene eikenbladsla  
4 mini-komkommers  
1/4 rode kool  
200 g geraspte wortelen  
100g veganistische feta  
knoflooksaus  
200 gram houmous  
4 XL pita's

Dit vegan recept van pita's gevuld met groenten, hummus en onze Falafel is een perfecte toevoeging voor een zomerse picknick!

**INSTRUCTIES VOOR BEREIDING****1. Bak de Falafel**

Bak de Falafel volgens de op de verpakking aangegeven bereidingswijze.

**2. Rooster de pita's**

Grill de pita's 2 minuten per kant of tot ze goed warm zijn.

**3. Bereid je groenten voor**

Snijd de komkommers in plakjes, rasp de wortels en hak de rode ui fijn

**4. Verzamel groenten in de pita's**

Combineer de pitabroodjes met de rucola, komkommers, kool, wortelen en feta.

**5. Voeg hummus en falafels toe**

Voeg een flinke lepel hummus toe aan de pita en leg de Falafel erop.

**6. Laatste hand aan de pita's**

Werk af met wat romige vegan knoflookmayonaise en bind je falafelbroodjes vast met het touwtje om hun vorm te behouden!

**CHECK VOOR MEER RECEPTEN  
GARDENGOURMET.NL**