

## INGREDIENSER

380 gram Hälsans Kök Falafel  
200g rucola/grønn eikebladsalat  
4 mini agurker  
1/4 rødkål  
200 g revne gulrøtter  
100 g vegansk fetaost  
hvitløksaus  
200 g hummus  
4 XL pitabrød



4 PORSJONER



20 MIN



LETT

Denne veganske oppskriften på pitabrød fylt med grønnsaker, hummus og Hälsans Köks Falafels er bedre for en solrik piknik!

## FREMGANGSMÅTE

**1. Tilbered falafel**

Tilbered Hälsans Köks Falafel i henhold til metoden vist på pakken.

**2. Rist pitabrødet**

Grill pitabrødene i 2 minutter på hver side eller til de er gjennomvarme.

**3. Forbered grønnsakene dine**

Skjær agurkene i skiver, riv gulrøttene og finhakk rødløken

**4. Legg grønnsaker sammen i pitaene**

Sett sammen pitabrødet med rucola, agurk, kål, gulrøtter og fetaost.

**5. Tilsett hummus og falafel**

Hell en god klatt hummus sammen med 6 falafelkuler

**6. Siste touch på gropene**

Avslutt med litt kremet vegansk hvitløksmayo og bruk hyssing til å binde falafelrullene sammen for å beholde formen!

**SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO**