

Carls Kicherndes Curry



© Mario Ellert

Zutaten:

- 2 Dosen/Gläser Kichererbsen
- 400 g Tomaten aus der Dose
- 400 ml Kokosmilch
- 2 Schalotten
- 5 g Ingwer
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Currypulver oder Currypaste
- 2 TL brauner Zucker
- Saft einer halben Limette
- 2 EL Olivenöl
- Salz und Pfeffer

Zubereitung:

1. Schäle zuerst Schalotten und Knoblauchzehen und schneide sie in kleine Würfel.
2. Wasche den Ingwer heiß ab und reibe ihn mit Schale fein.
3. Gieße die Kichererbsen mithilfe eines Siebes ab und spüle sie gründlich mit Leitungswasser ab.
4. Erhitze nun das Olivenöl in einer Pfanne und dünste die Schalotten bei mittlerer Hitze, bis sie glasig sind.
5. Gib nun Knoblauch, Ingwer, Zucker und das Currypulver oder die Currypaste hinzu.
6. Gib nun die Tomaten und die Kokosmilch sowie die abgetropften Kichererbsen dazu. Koche alles auf und lasse es mindestens 10 Minuten ohne Deckel köcheln.
7. Zum Schluss schmeckst du noch mit Salz, Pfeffer und Limettensaft ab.
8. Dazu schmeckt Reis oder ein frisches Fladenbrot.

Guten Appetit!

💡 Wusstest du, dass du in diesem Rezept ganz einfach Gemüse verarbeiten kannst, das du noch übrig hast? Schneide es einfach klein und gib es zusammen mit den Kichererbsen in Schritt 6 dazu.