



## Kichererbsen Curry

Zutaten für 3-5 Personen:

150	g	Zwiebel, klein gehackt
3	ST	Knoblauchzehen, gehackt
1	ST	Hot Red Chili, (eventuell entkernt) fein gehackt
		Daumengroßes Stück Ingwer, gehackt

Selbst zusammengestelltes Curry:

1	TL	Kurkuma gemahlen
1	TL	Senfkörner
1	TL	Koriander, gemahlen
1	TL	Kreuzkümmel, gemahlen
4	ST	Curryblätter
1	TL	Bockshornklee, gemahlen

oder

3	EL	Curry deiner Wahl
2	EL	Tomatenmark
600	g	Kichererbsen, abgetropft
200	ml	Kokosmilch
1	EL	Kokosmehl
3	TL	Salz

Reis:

1	Tasse/200 g	Basmatireis
1,5	Tassen (und a bisserl mehr)/350 ml	Wasser
1/2	TL	Kurkuma gemahlen
1	Stange	Zimt

TOPPING:

Frischer Koriander, 1 EL schwarze Zwiebelsamen, Mango-Chutney, Papadams

Herstellung:

1. Einen großen Topf auf mittlere Hitze mit dem Öl erhitzen.
2. Zwiebel, Knoblauch, Chili und Ingwer hinzugeben ca. 10 Minuten unter häufigem Rühren anrösten.
3. Curry hinzugeben und unter Rühren weitere 3-4 Minuten mitrösten.
4. Das Tomatenmark hinzu und noch 1 Minute mitrösten.
5. Die Kichererbsen hinzufügen und gut umrühren.  
Erst dann mit der Kokosmilch ablöschen und gut umrühren, dann aufkochen lassen.  
Bei mäßiger Hitze ca. 12 Minuten köcheln lassen.  
Das Kokosmehl in das Curry rühren um es einzudicken.

DER REIS:

In der Zwischenzeit den gespülten Reis, das Wasser, die Kurkuma und die Zimtstange in einen kleinen Topf geben, den Deckel aufsetzen und die Pfanne bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten lang sanft kochen lassen oder bis die Flüssigkeit vom Reis aufgenommen wurde und perfekt ist gekocht.

DAZU:

Servieren Sie Ihr Curry mit Reis, Chutney, Zwiebelsamen, Salat und Papadams.

