

Kichererbsen Curry



Zutaten:

- 350-400 g vorgekochte Kichererbsen (aus der Dose), plus ein paar Kichererbsen zum Garnieren
- 150 g Zwiebelwürfel
- 50 g Karottenwürfel
- 2-3 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Biozitrone, Saft und Abrieb
- 400 g pürierte Tomaten (aus der Dose)
- 200 ml Sahne
- 200 ml Kokosmilch
- 1 EL Tomatenmark
- 1-2 EL Raz el Hanout oder Curry
- 1 EL Paprika, edelsüß
- Salz & Pfeffer
- 2 EL Öl zum Braten



Extra: Brot zum Servieren, evtl. Sesam und Petersilie zum Bestreuen

Zubereitung

In einem Topf Öl erhitzen und Knoblauch, Karotten- und Zwiebelwürfel 1 Minute rührend braten.

Nun Raz el hanout oder Curry und Tomatenmark zugeben und 30 Sekunden anbraten.

Pürierte Tomaten, Sahne, Kokosmilch und Kichererbsen zugeben.

Bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten sanft köcheln lassen.

Mit Paprika, Salz, Pfeffer und Zitronensaft und etwas Zitronenabrieb abschmecken.

Zum Servieren in Suppenteller verteilen. Mit Kichererbsen, Petersilie und Sesam verfeinern.

Tipp: Mit Brot servieren.