



## KICHERERBSEN-CURRY

### ZUBEREITUNG

30 Minuten

Lass dich verführen in die Welt der asiatischen Küche: Mit einer Curry-Variante, die du vielleicht noch nicht probierst hast – und die dich nicht enttäuschen wird!

- Zwiebel, Knoblauchzehen und Ingwer hacken sowie Paprika, Melanzani und Karotte in Würfel schneiden.
- Den Reis kochen und in einem zweiten Topf KRONENÖL erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Ingwer für 1 bis 2 Minuten anschwitzen.
- Paprikapulver und Currypaste beimengen und kurz anrösten lassen.
- Das geschnittene Gemüse in den Topf geben, anbraten und mit der Kokosmilch ablöschen.
- Kichererbsen und Kokosblütenzucker hinzugeben, gut verrühren und das Curry aufkochen lassen. Dann für ca. 10 Minuten bei niedriger Hitze köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Das fertige Curry und den gekochten Reis auf einem Teller anrichten, mit dem Saft der Limette beträufeln und mit Mandelblättchen und frischer Petersilie garnieren. Guten Appetit!

## ZUTATEN

2

- 1 Tasse Reis
- 3 EL KRONENÖL
- 1 Melanzani
- 1 Karotte
- 1 roter Paprika
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- Ingwer (3 cm)
- 1 EL Paprikapulver
- 2 EL gelbe Currypaste
- 1 Dose Kichererbsen
- 1 EL Kokosblütenzucker
- Salz [&] Pfeffer
- frische Petersilie
- Mandelblättchen
- 1 Limette