

Kichererbsencurry



ZUBEREITUNG

Die Zwiebel sowie den Knoblauch schälen und beides klein hacken. Währenddessen erhitzen Sie in einer Pfanne mit hohem Rand Olivenöl und dünsten im Anschluss die Zwiebeln und den Knoblauch glasig an. Die vorbereiteten Kichererbsen abtropfen lassen. Die Paprika in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den Kichererbsen in die Pfanne geben. Fügen Sie die Gewürze hinzu und gießen Sie alles mit Kokosmilch auf. Lassen Sie die Masse 10-20 min leicht köcheln, bei Bedarf gießen Sie noch etwas Flüssigkeit (Kokosmilch oder Wasser) hinzu.

Den Basilikum gut waschen und zurecht zupfen. Pressen Sie den Saft der Limette aus. Geben Sie ca. 2/3 des Basilikums sowie den Limettensaft zur Ende der Kochzeit zum Curry hinzu.

Das Curry auf Tellern anrichten, mit dem restlichen frischen Basilikum servieren.

ZUTATEN

Für 4 Personen

½	Zwiebel
2	Knoblauchzehen
½	Gelbe Paprika
2 TL	Frischen, fein gehackten Ingwer
1 ½ TL	Getrockneter Basilikum
1-2 TL	Mildes Currypulver
200 g	Vorgekochte und eingeweichte Kichererbsen
1 Dose	Kokosmilch
1	Limette
1 Bund	Frischer Basilikum
	Olivenöl
	Salz und Pfeffer

Arbeitszeit:

Ca. 30 Minuten

Rezept von:

Sendung Doctor's Kitchen Talk