Kichererbsen-Curry

Das Rezept vom Kichererbsen-Curry kommt aus Indien und heißt dort Chana Masala. Diese würzige und exotische Speise bringt Abwechslung in die Küche.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 25 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

1 Dose	Kichererbsen (400 g)
1 Stk.	Zwiebel (groß)
4 Stk.	Tomaten
1 Stk.	Ingwer (daumengroß)
4 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Chilischote
1 TL	Kurkuma
1 TL	Garam Masala
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Koriander
3 EL	Pflanzenöl
	Salz
	Zucker
0.5 Tassen	Wasser

Zubereitung

1. Für das **Kichererbsen-Curry** die Zwiebel schälen und zerhacken. Die Tomaten würfeln und die Chilischote zerschneiden. Die geschälten Knoblauchzehen und Ingwer mit einem Mixstab und einem Schuss Wasser zu einer Pasta pürieren. Die Kichererbsen aus der Dosen in ein Sieb leeren und mit Wasser abspülen.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen, Kurkuma, Garam Masala, Kreuzkümmel und Koriander kurz

anrösten. Die Zwiebeln und Paste dazugeben und kurz mitdünsten. Tomaten, Chilischoten und Wasser hinzugeben und etwa 15 Minuten einkochen lassen. Öfter rühren und bei Bedarf Wasser nachgießen, die Sauce sollte dickflüssig werden.

3. Die Kichererbsen hinzugeben mit Salz und Zucker abschmecken und nochmals aufkochen lassen.

Tipp

Zum Kichererbsen-Curry gekochten Reis oder Fladenbrot servieren.