Rindfleisch mit Kichererbsen

Das Rezept für das Rindfleisch mit Kichererbsen kommt aus der Türkei und heißt dort Etli Nohut. Das würzige Gericht gelingt bestimmt.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 2,5 h

Gesamtzeit: 2,8 h



Zutaten

500 g	Rindfleisch (von der Schulter)
2 Stk.	Zwiebel
2 Stk.	Knoblauch
5 EL	Olivenöl
	Salz
	Pfeffer
1.5 EL	Tomatenmark
2 EL	Paprikamark (scharf)
400 ml	Wasser
250 g	Tomaten gewürfelt (aus der Dose)
0.5 TL	Kreuzkümmel (gemahlen)
2 Dosen	Kichererbsen (a' 240 g Abtropfgewicht)

Zubereitung

1. Für das **Rindfleisch mit Kichererbsen** das Fleisch in zirka 2 cm große Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen und Zwiebeln schälen und klein zerhacken.

2. Das Öl in einem Topf erhitzen und das Rindfleisch rundum scharf anbraten, salzen und pfeffern und aus dem Topf nehmen. Die Zwiebeln im Bratenrückstand glasig dünsten, den Knoblauch kurz mitdünsten. Das Tomatenmark und scharfe Paprikamark zugeben, einrühren und kurz anrösten. Die Tomaten zugeben und zirka 2-3 Minuten anbraten. Mit Wasser aufgießen.

3. Jetzt das Fleisch zugeben und mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Zugedeckt bei geringer Hitze zirka 2 1/2 Stunden schmoren lassen. Gelegentlich umrühren und je nach Bedarf etwas Wasser angießen.

4. Die Kichererbsen in einem Sieb mit Wasser abspülen und abtropfen lassen. In den Topf geben und zirka 20-25 Minuten garen lassen. Nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp

Zum Rindfleisch mit Kichererbsen, Weißbrot, Fladenbrot oder Reis servieren.