

Kichererbsen-Curry



Zutaten:

150g Kichererbsen vom Hechtelshof
1 Paprika
1 Stange Lauch
1 Zucchini
1 Knoblauchzehe
1 kleinen Brokkoli
200ml Kokosmilch
200ml Gemüsebrühe

Zubereitung:

1. Kichererbsen nach Anleitung einweichen (min. 12 Stunden) und mit frischem Wasser und etwas Salz kochen.
2. Gemüse waschen und klein schneiden.
3. Gemüse anbraten, Kichererbsen zugeben und mit Gemüsebrühe aufgießen.
4. Mit Salz, Pfeffer und Curry gut würzen und 5 Min. leicht köcheln lassen
5. Tomatenmark und Kokosmilch zugeben.

Dazu passt sehr gut Reis.