

Kichererbsen-Curry

40–50 Min

Zubereitung

1. Zwei Zwiebeln schälen und hacken.
2. Den restlichen Zwiebeln zusammen mit Ingwer und Knoblauch im Mixer pürieren.
3. Eingeweichte Kichererbsen samt Einweichwasser in einen Topf füllen, die Hälfte der gehackten Zwiebeln, Kardamom, Nelken, Lorbeerblätter, Pfefferkörner, Kreuzkümmel, Asant und 1 guten TL Salz hinzufügen, zum Kochen bringen.
4. 50–60 Minuten köcheln lassen, bis die Kichererbsen gar sind.
5. Kichererbsen abseihen, Flüssigkeit auffangen.
6. In einem frischen Kochtopf etwas Öl erhitzen und restliche gehackte Zwiebel darin bei milder Hitze 30 Minuten braun rösten.
7. Das Zwiebel-Ingwer-Knoblauch-Püree einarbeiten, 10 Minuten mitbraten lassen, dann Curcuma, Garam Masala, Koriander, Pfeffer und Mangopulver einrühren.
8. Alles gründlich mischen und durchrösten.
9. Nach 1 Minute Tomatenpüree hinzufügen, einige Minuten schmoren lassen, dann Kichererbsen und Kichererbsen-Kochwasser dazugeben.
10. Köcheln, bis die Kichererbsen sehr weich sind, aber noch nicht zerfallen. Mit Salz abschmecken und servieren.

Zutaten 4 Portionen

= Kotányi Produkte

3 Stk.	Zwiebeln, groß
5 cm	Ingwer
5 Stk.	Knoblauchzehen
250 g	Kichererbsen, über Nacht in Wasser (1,2l) eingeweicht
1 Prise	Asant
250 g	Dosentomaten
1 TL	Mangopulver
0.5 TL	Garam Masala
2 Stk.	Cardamom ganz
9 Stk.	Nelken ganz
0.5 EL	Pfeffer schwarz ganz
2 Stk.	Lorbeerblätter ganz
1.5 TL	Cumin (Kreuzkümmel) gemahlen
0.5 TL	Pfeffer schwarz gemahlen
1 TL	Curcuma gemahlen
1 TL	Koriander gemahlen
	Speisesalz jodiert
100 ml	Öl