



Kichererbsen an Currysauce mit Erdnüssen Berechnet für 4-5 Personen

300 g getrocknete Kichererbsen
2 mittlere Zwiebeln
ca 3 cm frische Ingwerwurzel
1 Chilischote
2 Tomaten
wenig Olivenöl

1 Tl Paprikapulver
1 Tl Kurkumapulver
1/4 tl Chilipulver
1 Tl Kreuzkümmelpulver
Zucker
Salz

2 dl Wasser

100 g Erdnüsse

Über Nacht in viel Wasser einweichen, im Wasser weichkochen.

Alles schälen und klein schneiden.
waschen, vom Stielansatz befreien und vierteln
in eine heisse Pfanne geben, Zwiebeln darin bei
mittlerer Hitze dunkelbraun rösten.
Die gekochten Kichererbsen begeben und wenige
Minuten anbraten.

Gewürze begeben und vorsichtig mit rösten.
Vorsicht: nicht zu heiss damit die Gewürze nicht
verbrennen.

ablöschen und die Tomaten viertel begeben.
Bei mittlerer Hitze etwa 20 Minuten zugedeckt
kochen lassen, von Zeit zu Zeit umrühren.

Als Garnitur über das Angerichtete Kichererbsen-
curry geben.

En Guete

wünscht Ihnen das Paracelsus-Küchenteam