



HAUPTGANG

KARTOFFEL-KICHERERBSEN-CURRY



★★★★★ (272)

1H + ÜBER NACHT
FÜR 4 PERSONEN

ZUTATEN

Vorbereitungszeit:
über Nacht Kichererbsen einweichen

- 200 g** Kichererbsen getrocknet, eingeweicht über Nacht
- 1** Zwiebel
- 1** Knoblauchzehe
- ½** Peperoncini
- 500 g** festkochende Kartoffeln
- 3 EL** HOLL-Rapsöl
- 2-3 EL** Masala Currypulver
- 1 Dose** Pelati, gehackt (ca. 400 g)
- 2 dl** Gemüsebouillon
- 2.5 dl** Kokosnussmilch
- 250 g** grüne Bohnen, gerüstet
- 1** Limette, Saft
- Salz

Zum Servieren

- ½ Bund** Thai-Basilikum
- ½ Bund** Koriander

ZUBEREITUNG

- 1** Am Vortag: Kichererbsen in viel kaltem Wasser über Nacht einweichen.
- 2** Das Einweichwasser abgiessen, Kichererbsen gründlich mit kaltem Wasser abspülen. Die Zwiebel vierteln und den Knoblauch fein hacken. Die Peperoncini entkernen und in feine Streifen schneiden. Die Kartoffeln in Würfel à 2 bis 3 cm Dicke schneiden.
- 3** Das Rapsöl in einem Schmortopf erwärmen. Die Zwiebel andünsten. Den Knoblauch, die Peperoncini sowie das Currypulver zugeben und einige Minuten andünsten. Die Kichererbsen mit den Pelati, der Bouillon und der Kokosnussmilch zugeben. Unter gelegentlichen Rühren zum Kochen bringen und ca. 15 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
- 4** Die Kartoffeln zugeben und zugedeckt ca. 20 Minuten schmoren. Die Bohnen halbieren, zum Curry geben und weitere 5 bis 10 Minuten bis zum gewünschten Garpunkt fertigkochen. Mit Limettensaft und Salz abschmecken. Zum Servieren mit Thai-Basilikum und Koriander anrichten.

TIPP

- Wenn es schnell gehen muss, können 250 g Kichererbsen aus der Dose verwendet werden. Diese werden zusammen mit den Bohnen zum Curry gegeben.