

Menu

Kichererbsen-Gemüse-Curry

Zutaten (für 4 Pers.)

Rote Thai Curry Paste
1 Dose Kichererbsen
1 Broccoli
1 Zucchini
Reisnudeln oder Jasminreis
Kokosmilch
1 Zwiebel

Zubereitung

Zwiebel hacken. Zucchini in kleine Stücke schneiden. Broccoli in Röschen teilen. Kichererbsen abspülen und abtropfen lassen. Öl erhitzen, Zwiebel, Zucchini, Broccoli darin ca. 5 Minuten andünsten. Currypaste dazugeben, mitdünsten. Kichererbsen und Kokosmilch dazugeben. Gemüsecurry ca. 10 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

Inzwischen Reis in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Abgiessen und abtropfen lassen. Gemüsecurry mit Salz abschmecken und mit Reis anrichten.