



Kichererbsencurry Chana Masala

Zutaten für 2 Personen:

- 1 Dose Kichererbsen, groß
- 1 große Zwiebel
- 4 Tomaten
- 1 TL Garam Masala
- 1 TL Kurkuma
- 1 Stück Ingwer, daumengroß
- 4 Zehen Knoblauch
- 1 Chilischote, grün
- 1 TL Kreuzkümmel
- 1 TL Koriander
- 1/2 TL Chilipulver
- 3 EL Pflanzenöl
- Salz
- Zucker
- 1/2 Tasse Wasser, evtl. mehr

Zubereitung:

Zwiebel und Tomaten würfeln. Chilischote in 1 cm Stücke schneiden. Aus Ingwer und Knoblauch, im Mörser, eine Paste herstellen. Kichererbsen abschütten und kalt abwaschen.

Pflanzenöl heiß werden lassen. Garam Masala, Kurkuma, Kreuzkümmel, Koriander und Chilipulver kurz anrösten. Ingwer-Knoblauchpaste dazugeben und kurz andünsten, Zwiebeln ebenfalls andünsten. Tomaten, grüne Chili und Wasser dazugeben und ca. 15 Min. offen köcheln lassen, regelmäßig umrühren.

Die Soße sollte schön sämig sein, nach Bedarf Wasser hinzufügen.

Kichererbsen hineingeben und mit Salz und einer Prise Zucker abschmecken. Erneut aufkochen lassen und mit einem Kartoffelstampfer ein paar Kichererbsen zerdrücken, um die Soße etwas abzubinden.

Curry auf Tellern anrichten und mit Basmatireis oder Naan-Brot servieren.