

Spitzkohl-Curry mit Kichererbsen

Zutaten für 4 Pers.

Zubereitungszeit ca. 45 Min.

1 Spitzkohl
3 mittelgroße Kartoffeln
1 Paprika
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 kleines Stück Ingwer
1 Chilischote

2 EL Öl

1 EL Currygewürz
1 TL Kreuzkümmel
200 ml Kokosmilch
ca. 250 ml Gemüsebrühe
200 g Kichererbsen
2 Zweige Thymian

Salz, Pfeffer
Zucker

Vom Spitzkohl die äußeren Blätter entfernen. Spitzkohl vierteln, Strunk entfernen, die Viertel in möglichst feine Streifen schneiden.
Kartoffeln schälen, waschen und würfeln
Paprika waschen und in kleine Stücke schneiden.
Zwiebel und Knoblauch fein hacken, Ingwer schälen und reiben.
Von der Chilischote Kerne und Trennwände entfernen und fein würfeln. (oder optional Chilipulver verwenden)
Öl erhitzen und das vorbereitete Gemüse (ohne den Spitzkohl) darin andünsten.
Curry und Kreuzkümmel zugeben und kurz mitdünsten.
Kokosmilch und etwas Gemüsebrühe zugießen und zehn Minuten zugedeckt köcheln.
Die Kichererbsen und den gezupften Thymian zugeben und weitere zehn Minuten ziehen lassen.
Kurz vor Ende der Garzeit den Spitzkohl zufügen. Falls notwendig, die restliche Brühe nach und nach zugießen, sodass eine sämige Sauce entsteht.
Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.