

Indisches Gemüsecurry

150 g getrocknete Kichererbsen* (ceci), über Nacht eingeweicht
1 TL Kreuzkümmel*
2 EL Kokosöl*
2 Zwiebeln, grob gehackt
4 Knoblauchzehen, gehackt
1 EL Ingwerpulver* od. 1cm frischen Ingwer
500 g Kürbis, in ca. 1 ½ cm grossen Würfeln
1 Aubergine (ca. 400 g), in ca. 1 ½ cm grossen Würfeln
Meersalz*, Pfeffer*
2 dl Gemüsebouillon
2 ½ dl Kokosmilch*
1 EL Limettensaft
400 g fest kochende Kartoffeln, in c. 1 ½ cm grossen Würfeln
Pomodori Pelati*, 1 Stück, geschnitten od. 1 frische Tomate
1 ½ EL Currypulver*
Koriander- oder Petersilienblättchen

Kichererbsen abspülen und mit Kreuzkümmel in 5 dl Wasser knapp weichkochen (ca. 45 Min.), salzen, abtropfen.

Zwiebeln und Knoblauch im Kokosöl andämpfen, Kürbis, Aubergine, Ingwerpulver und 1 TL Meersalz begeben, ca. 5 Min. mitdämpfen.

Bouillon, Kokosmilch und Limettensaft dazu giessen, aufkochen. Kartoffeln, Kichererbsen und Pelati begeben. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 20 Min. köcheln. Deckel entfernen, ca. 20 Min. fertig köcheln. Curry daruntermischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Koriander oder Petersilie darüber streuen.

* = im claro Weltladen Wädenswil erhältlich

claro Weltladen Wädenswil

Gerbestrasse 7

8820 Wädenswil

Telefon: 044 780 40 88 // E-Mail: info@clarowaedi.ch

www.clarowaedi.ch