Kichererbsen-Curry

3 - 4 Portionen

WAS DU BRAUCHST

	Ghee oder Kokosöl
1 TL	frischer Ingwer kleingehackt
1 TL	Kreuzkümmel gemahlen oder zerstoßen
1/2 TL	Paprikapulver süß
1 kleine	Knoblauchzehe
Handvoll	Rosinen
ca. 3	mittlere Karotten kleingeschnitten
ca. 250 ml	Wasser
1 Glas	Kichererbsen
	Salz, Pfeffer/ Chili
	Sojasoße
1 Spritzer	Zitronensaft

DAZU PASST

Couscous, Quinoa oder Hirse

Alternativ die Kichererbsen über Nacht einweichen und ca. ¾ Stunde kochen.

Das Fett im Topf erhitzen, Gewürze darin rösten bis sie duften.
Knoblauch und Ingwer dazu geben. Rosinen und Karotten ca. 5 Minuten mit anbraten.
Alles mit Wasser ablöschen und solange köcheln lassen, bis die Karotten halbgar sind.
Währenddessen die Kichererbsen abschütten und zum Rest in den Topf geben.
Alles zusammen für weitere 5 Minuten ziehen lassen.
Bei Bedarf mehr Wasser nachgießen. Mit Salz, Sojasoße und Pfeffer oder Chili abschmecken.
Am Schluss nach Belieben Zitrone dazu geben.

Als **Topping** eignet sich ein Klecks Joghurt oder Schmand. Für die vegane Variante geröstete Kürbiskerne drüber streuen.