

# Rezept-Tipp: schnelles Kichererbsen-Curry mit Tomaten

| Vorbereiten | Zubereiten | Niveau |
|---|---|---|
| **20** | **20** | **Einfach** |
| Minuten | Minuten | ★ ☆ ☆ |

## Zutaten

- 1 große rote Zwiebel in feinen Scheiben
- 1 Knoblauchzehe, gehackt
- Limettensaft
- 500ml Kokosmilch
- 250ml Gemüsebrühe
- 2 große Handvoll Blattspinat
- 1 Dose Kichererbsen, abgetropft und gespült
- 400g Roma Tomaten, gewürfelt
- 2 TL Garam Masala
- 1/2 TL gemahlene Chili
- 2 TL Kurkuma
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- frisch gemahlener Pfeffer
- dunkle Sojasauce
- Thai-Jasminreis (ehrliche Markenempfehlung und ohne Kooperation: Reishunger)
- 2 EL Kokosöl
- frischer Koriander nach Belieben




Werbung: Nutze den **Gutschein-Code TIME2TRI** bei deiner Erstbestellung auf https://artgerecht.com und erhalte **10% Rabatt**.

## Zubereitung

Den Thai-Jasminreis nach Packungsvorgaben kochen. Währenddessen das Kokosöl in einem Wok erhitzen, Knoblauch und Zwiebel darin glasig dünsten. Die Tomatenwürfel sowie die Kichererbsen hineingeben und kurz anbraten.

Mit Kokosmilch ablöschen und mit Garam Masala, Chili, Kurkuma, Kreuzkümmel, Pfeffer sowie einem Spritzer Sojasauce würzen. Kurz umrühren und auf mittlerer Hitze für ca. 20 Minuten köcheln lassen bis das Ganze leicht eindickt.

Zum Schluss mit Limettensaft und Gemüsebrühe abschmecken. Je nach Belieben noch etwas frischen Koriander hacken und unterrühren.


© 2026 TIME2TRI GmbH