

# Batatekichererbsencurry

## Zutaten:

2 EL Öl  
1 Zwiebel  
3 Knoblauchzehen  
1 EL Ingwer  
1 TL Kreuzkümmel  
1-2 EL Currypulver  
600g Süßkartoffel  
1 Karotte  
200g Tomaten  
1 Dose Kokosmilch  
150 g Brokkoli  
oder Mangold  
1 Dose Kichererbsen  
Salz und Pfeffer



## Zubereitung

Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln klein geschnitten hinzugeben und glasig anbraten. Knoblauch und Ingwer hacken und dazugeben, Kreuzkümmel und Curry beimischen. Alles gut verrühren und weitere 1-2 Minute braten. Dann die gewürfelte Batate, Tomaten und Karotte hinzugeben und weitere 1-2 Minuten braten, bis das Gemüse leicht gebräunt ist. Die Kokosmilch einrühren. Die Pfanne abdecken und bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen. Zuletzt die Brokkoliröschen (Mangoldstreifen) und die Kichererbsen dazugeben und weitere 10-15 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist. Zum Curry passt gut als Beilage Basmati-Reis. Nach Belieben mit frischen Kräutern (wie Petersilie, Koriander) bestreut servieren.



Gemüse

