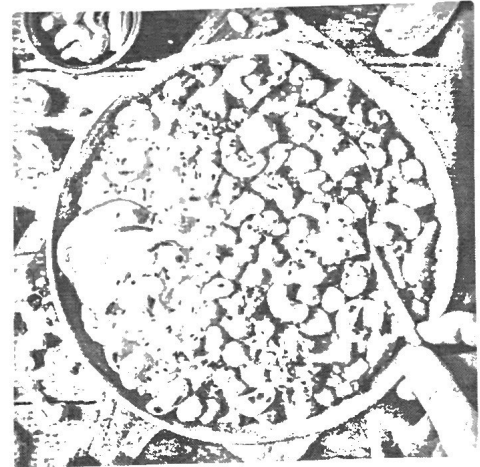


Süßkartoffel-Kichererbsen Curry mit Kokosmilch

Autor: Bianca Zapatka

Dieses cremige Süßkartoffel Kichererbsen Curry mit Kokosmilch ist sehr einfach zubereitet und in nur wenigen fertig! Das Rezept ist vegan, gesund und unglaublich lecker!

★★★★★ 4.94 von 77 Bewertungen



VORBEREITUNGSZEIT

5 Min.

ZUBEREITUNGSZEIT

20 Min.

ARBEITSZEIT

25 Min.



GERICHT

Beilage, Hauptgericht, Lunch & Dinner, Suppe



PORTIONEN

6 -6 Portionen

Zutaten

Süßkartoffel-Curry

- 1.5 EL Kokosöl oder anderes Öl
- 1.5 mittlere Zwiebel (oder 1/2 Bund Frühlingszwiebel) fein gehackt
- 4.5 Knoblauchzehen gehackt
- 3 TL frischer Ingwer gerieben
- 1.5 TL Kreuzkümmel optional
- 0.75 TL Kurkuma optional
- 1.5-3 EL Currypaste oder Currypulver
- 1.5 große Süßkartoffel (ca.650g) geschält und in kleine Würfel geschnitten *
- 1.5 Karotte gewürfelt
- 1.5 Dose passierte Tomaten (400ml) oder gehackte Tomaten mit Saft
- 1.5 Dose Kokosmilch (400ml)
- 262.5 g Brokkoli in kleine Röschen geschnitten
- 1.5 Dose Kichererbsen (400g) abgetropft und abgespült
- Salz und Pfeffer zum Abschmecken