

## Rezept: Kürbis-Curry mit Kichererbsen

für 4 Personen

### Zutaten:

- mittelgrosser Butternutkürbis
- 4 EL Olivenöl
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL frischer Ingwer, fein gehackt oder gerieben
- 1 TL Garam Masala
- 1 TL Kurkuma
- ½ TL Kreuzkümmel gemahlen
- ½ TL Cayenne
- ¼ TL Zimt
- ¼ TL Koriander gemahlen
- 1 TL Agavendicksaft oder Honig
- Salz, Pfeffer
- 1 Büchse geschälte und gehackte Tomaten (400 g)
- 2.5 dl Kokosmilch
- 245 g gekochte Kichererbsen
- ½ Bund Koriander oder glatte Petersilie

### Zubereitung:

- Backofen auf 200°C vorheizen, ein Backblech mit Backpapier auslegen
- Kürbis halbieren, schälen, entkernen und in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden
- Kürbiswürfel mit 2 EL Öl vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen
- auf dem Backblech verteilen und im Ofen 30 Minuten backen
- Zwiebel und Knoblauch fein hacken
- restliches Öl in einer weiten Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel mit Garam Masala, Kurkuma, Kreuzkümmel, Cayenne, Zimt und Koriander 2 Minuten anrösten
- Knoblauch, Ingwer und Agavendicksaft oder Honig zugeben
- mit Kokosmilch ablöschen
- Tomaten zugeben, mit Salz und Pfeffer würzen
- Sauce 10 Minuten köcheln lassen
- Kürbiswürfel und Kichererbsen zugeben, weitere 2 Minuten köcheln lassen
- Kürbis-Curry mit gehackten Kräutern bestreuen und mit Basmati-Vollreis servieren