

Kichererbsen/Spinat Curry

15:34 📷 📱

📶 39% 🔊



Zutaten für 2 Portionen

1 1/2 EL Olivenöl
1 EL <u>Kreuzkümmelsamen</u>
250 g gekochte Kichererbsen
2 Frühlingszwiebeln
1 Thai-Chili
300 g Spinat
6 <u>Kapernäpfel</u>
1 TL <u>Erdnussbutter</u>
1/2 TL Ahornsirup

Olivenöl in eine heiße Pfanne geben, Kreuzkümmelsamen darin 30 Sekunden anrösten. Kichererbsen dazu geben, Herd auf mittlere bis hohe Hitze schalten. Frühlingszwiebel und Chili fein hacken, zu den Kichererbsen geben und 7 Minuten schmoren.

Spinat gut abtropfen lassen und zusammen mit den vorher grob gehackten Kapern unterheben und den Herd auf niedrige bis mittlere Hitze schalten. Erdnussbutter und Ahornsirup in die Pfanne geben und das Gemüse 5 Minuten schmoren lassen, dabei ab und zu umrühren.

Auf Basmati- oder braunem Reis servieren.

