



Japanisches Kichererbsencurry vegan

mit Reis und eingelegter Gurke



ca. 25min



2 Personen

Das ist doch mal ein sonniger Anblick auf deinem Teller, oder? Und was so schön aussieht, tut auch den Geschmacksknospen richtig gut: Auf fluffigem Basmatireis thront ein kokosmilchcremiges Curry mit leckeren Kichererbsen und Karotten, das von feinem Panko-Curry-Cashew-Crunch gekrönt wird. Stilvoll begleitet wird das gänzlich tierfreie Ensemble von einem frisch-würzigen Gurkensalat mit Minze. Ein Königreich für dieses Curry!

- 150g Basmatireis
- 2 Karotten
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Päckchen Madras-Currypulver

- ## Was du zu Hause benötigst

- ## Küchenutensilien

- Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Gluten (1), Senf (10), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Energie 1160kcal, Fett 56.0g,
Kohlenhydrate 133.7g, Eiweiß 22.7g



4. Gurken einlegen

2. Karotten braten

5. Kichererbsen zugeben

3. Curry ansetzen

6. Panko rösten

Das **Panko-Paniermehl**, das **restliche Currypulver** und die **übrigen Cashews** mit 1 EL Pflanzenöl und 1 kräftigen Prise Salz in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze 3-5 Min. knusprig anrösten, dabei gut umrühren. Die **Gurken** abgießen. Den **Reis** und das **Curry** auf tiefe Teller verteilen, die **Gurken** darauf anrichten und mit dem **Panko-Cashew-Crunch** garniert servieren.