



## Kichererbsencurry mit Aubergine

dazu selbst gebackenes Fladenbrot



20-30min



3 Portionen

Die indische Küche kennt keine Grenzen und begeistert uns immer wieder aufs Neue. Heute möchten wir unsere Begeisterung auch mit dir teilen und präsentieren ein cremiges, würzig-aromatisches Curry mit angebratenen Kichererbsen, Auberginen und Tomaten. Dazu servierst du einen Klecks Joghurt und selbst gebackenes Fladenbrot. Vegetarisch. Praktisch. Gut!



## Was du von uns bekommst

- 10g Koriander
- 1 Pck. Knoblauch-Ingwer-Paste
- 2 Pck. Garam-Masala-Gewürzmischung
- 1 rote Zwiebel
- 2 Tomaten
- 1 Aubergine
- 1 Dose Bio-Kichererbsen
- 150g Weizenmehl <sup>1</sup>
- 1 Pck. Backpulver
- 1 Becher Joghurt <sup>2</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Pflanzenöl
- Essig

## Küchenutensilien

- große Pfanne mit Deckel
- große Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Nudelholz
- Sieb

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

### Allergene

Gluten (1), Milch (2). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

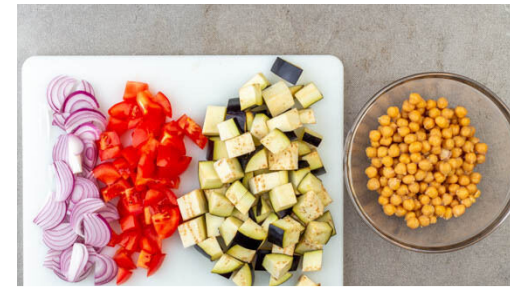
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 838kcal, Fett 37.0g, Kohlenhydrate 102.5g, Eiweiß 21.1g



### 1. Currypaste zubereiten

Die **Korianderblätter** abzupfen und grob schneiden, die **Stängel** fein schneiden. Die **Knoblauch-Ingwer-Paste**, die **½ der Korianderstängel** und die **Gewürzmischung** in einem hohen Gefäß mit 1EL Pflanzenöl zu einer **Paste** pürieren.



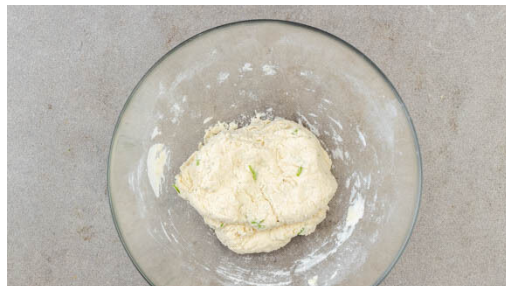
### 2. Gemüse vorbereiten

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die **Tomaten** und die **Aubergine** in 2-3cm große Würfel schneiden. Die **Kichererbsen** in einem Sieb mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.



### 3. Curry ansetzen

Die **Zwiebeln** und die **Currypaste** in einer großen Pfanne mit 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Die **Tomaten**, die **Auberginen** und die **Kichererbsen** mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer hinzugeben und 3-4Min. weiterbraten. Mit 250ml Wasser ablöschen, zum Köcheln bringen und abgedeckt 13-15Min. köcheln lassen, dabei gelegentlich umrühren.



### 4. Teig zubereiten

Das **Mehl** mit der **½ des Backpulvers** und je 1 Prise Salz und Pfeffer mischen, dann die **restlichen Korianderstängel**, die **½ des Joghurts** und 4-5EL Wasser hinzugeben und alles zu einem glatten **Teig** verkneten. Ggf. mehr Wasser hinzugeben.



### 5. Brote zubereiten

Den **Teig** erneut durchkneten und zu **4 etwa gleich großen Kugeln** formen. Jede **Teigkugel** zu einem **dünnen Fladen** ausrollen, dann jeweils **2 Fladen** in einer zweiten großen Pfanne mit je 1EL Pflanzenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite ca. 2Min. braten, bis die **Brote** goldbraun und gar sind.



### 6. Curry fertigstellen

Falls das **Curry** zu trocken sein sollte, esslöffelweise Wasser hinzugeben. Das **Curry** mit 1EL Essig sowie Salz und Pfeffer abschmecken, dann mit dem **restlichen Joghurt** und dem **Fladenbrot** anrichten und mit den **Korianderblättern** garniert servieren.