



Indisches Tomaten-Curry mit Kichererbsenbällchen

Menge: 4 Portionen

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Schwierigkeitsgrad: 🧑🍳 einfach

Zutaten:

2 rote & 1 weiße Zwiebel (300g)

1 TL Kreuzkümmel

5 Knoblauchzehen (oder 2,5 TL

Knoblauchpaste)

1 TL Salz, Pfeffer

30 g Ingwer, geschält

3 Lorbeerblätter

$\frac{1}{2}$ TL Chilipulver

10 Nelken

4 TL Öl

10 grüne Kardamomkapseln

2 Dosen Pizzatomen

2-3 Zimtstangen

60 g Cashewmus

1 TL Garam Masala

Rosenpaprika

$\frac{1}{2}$ TL Kurkuma

250 g passierte Tomaten

1 TL Korianderpulver

1 EL Zitronensaft, frisch gepresst

1 EL Agavendicksaft

Für die Kichererbsenbällchen:

240 g Kichererbsenmehl

2 Chilis, fein gehackt

1 Zwiebel, fein gehackt

1 Bund Koriandergrün, gehackt

8 EL Öl

170 g veganen Joghurt (z.B. dieser **Kokos-**

Joghurt)

2 TL Salz

2 TL Erdnussbutter

2 Msp. Backpulver

Zubereitung:

Für die Kichererbsenbällchen alle Zutaten miteinander vermengen. Falls die Masse zu trocken ist, am Ende nach und nach noch etwas Wasser dazugeben, bis die Konsistenz stimmt. Die Kichererbsenmasse zu walnussgroßen Bällchen formen.

Für das Curry:

Lorbeerblätter, Nelken, Kardamom und Zimtstangen in einer Pfanne anrösten und in einer Mühle fein mahlen. Die Gewürzmischung mit Garam Masala, Kurkuma, Koriander, Kreuzkümmel und Chili vermischen.

Zwiebeln hacken, Knoblauch pressen und Ingwer fein würfeln.

Einen Topf erhitzen und Öl hineingeben. Die Zwiebeln goldbraun anbraten. Eine Prise Pfeffer und 1 TL Salz dazugeben. Wenn die Zwiebeln weich sind, Ingwer und Knoblauch dazugeben und 1 Minute braten (evtl. zwischendurch etwas Wasser dazugeben, damit nichts anbrennt).

Nun die Gewürzmischung in den Topf geben und 2 Minuten braten. Eine Prise Salz, die Pizzatomen und die passierten Tomaten in den Topf geben und aufkochen.

Eine Prise Rosenpaprika und Cashewmus unterheben und das Curry pürieren. Alles mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft würzen. Nun eine Prise Rosenpaprika und Agavendicksaft unterrühren. Mit Pfeffer und Salz abschmecken.

Die Kichererbsenbällchen in das Curry geben und 10 Minuten köcheln lassen.