

Kichererbseneintopf

150 g Kichererbsen*	über Nacht in 1 l Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgießen und in
500 ml Gemüsebrühe	aufkochen und zugedeckt bei schwacher Hitze gut eine Stunde garen.
250 g Zwiebeln	schälen und klein würfeln
750 g Tomaten	häuten und grob würfeln
1 Aubergine) waschen, putzen
2 Zucchini) und
1 rote Paprikaschote) in 2 -3 cm große Stücke
1 Lauchstange) schneiden
3 EL Sesamöl	in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin glasig dünsten
1 Knoblauchzehe	schälen, pressen und zu den Zwiebeln geben. Das Gemüse dazugeben und kurz anschwitzen. Tomaten und die Kichererbsen mit Kochwasser dazugeben und aufkochen lassen. Mit
¼ TL Kurkuma*	
Meersalz*	
schwarzem Pfeffer*	
2-3 EL Zitronensaft	würzen.
Den Eintopf zugedeckt bei schwacher Hitze weitere 30 bis 60 Minuten köcheln lassen, bis Kichererbsen und Gemüse gar sind. Evtl. noch etwas Wasser angießen, wenn der Eintopf zu dick wird. Zum Schluß	
50 –	
100 g Rosinen*	unterheben und mit gehackter Minze bestreut servieren.

*** Diese Produkte sind im Weltladen Walsrode, Moorstraße 27, erhältlich.**