

Süßkartoffel-Kichererbsen-Curry mit Spinat

Quelle: _

Zutaten

- 1 Süßkartoffel (ca. 250 g)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 2 EL Olivenöl
- 2 TL Currypulver
- 2 TL Kreuzkümmel (gemahlen)
- 1 Dose gehackte Tomaten (400 g)
- 1 Dose Kichererbsen (400 g)
- 250 ml Kokosmilch
- 2 Handvoll Baby-Blattspinat
- Salz
- Pfeffer
- Chiliflocken
- Reis zum Servieren

Zubereitung

Die Süßkartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch schälen und die Zwiebel fein hacken. Die Kichererbsen abgießen und in einem Sieb mit Wasser abspülen.

Das Olivenöl in einem großen Topf auf mittlerer Hitze erhitzen. Die Zwiebel hinzufügen und kurz andünsten, dann den Knoblauch in den Topf pressen. Alles paar Minuten anschwitzen, dabei gelegentlich rühren.

Die Süßkartoffeln, Gewürze, gehackten Tomaten, Kichererbsen und Kokosmilch hinzufügen. Alles gut verrühren, dann circa 15 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen, bis die Süßkartoffeln gar sind.

Zum Schluss den Spinat unterrühren und kurz zusammenfallen lassen. Alles nochmal mit Salz, Pfeffer und Chili abschmecken und mit Reis servieren.