



## Kichererbsen-Curry Rezept

### Zutaten

- 310 g Kichererbsen a.d. Dose
- 80 g Zwiebel(n)
- 150 g Tomaten
- 100 g Babyspinat
- 1 Beutel MAGGI Food Travel Würzpaste Indian Style
- 165 ml Kokosmilch
- 1 Teelöffel auffüllen THOMY Reines Sonnenblumenöl

### Zubereitung

1. Kichererbsen abgießen und gut abtropfen lassen.
2. Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Tomaten putzen, waschen und in Würfel schneiden. Babyspinat waschen und gut abtropfen lassen.
3. In einer beschichteten Pfanne 1 EL Öl heiß werden lassen. Zwiebel andünsten. Tomatenwürfel und Spinat zugeben und kurz mitdünsten. Kichererbsen und MAGGI Food Travel Würzpaste Indian Style zugeben und kurz mitbraten. Kokosmilch zugießen und heiß werden lassen.

#### Nährwerte an

Kohlenhydrate	603.65 G
Energie	3244.1 kcal
Fette	60.86 G
Protein	70.43 G

🕒 12 Minutes

⊕ 2