

Gelbes Blumenkohlcurry für 4 Personen



- Zutaten:
- ½ l **Kokosmilch Gepa***
 - 1 kleine Chilischote
 - 1 gehackte Zwiebel
 - 2 Knoblauchzehen durch die Presse gedrückt
 - **je 1 TL gem. Kurkuma WeltPartner***
 - **und zerstoßenen Koriander WeltPartner***
 - 1 TL geriebene Zitronenschale
 - 200 g Karotten in Scheiben
 - 100 g Kohl oder Wirsing in Streifen
 - 1 rote Paprika in Streifen
 - 200 g Blumenkohl in kleinen Röschen
 - **1 Glas Kichererbsen il giusto Ceci***
 - **Salz Khosian El Puente***
 - **Pfeffer gemahlen WeltPartner***
 - gewiegte Petersilie

Zubereitung:

1. **Kokosmilch** mit **Chilischote, Zwiebel, Knoblauch, Kurkuma, Koriander** und **Zitronenschale** in einem großen Topf aufkochen und dann etwa 5 Minuten köcheln lassen.
2. Vorbereitetes **Gemüse** zugeben und bei schwacher Hitze etwa 15 weitere Minuten garen. Gelegentlich umrühren.
3. Abgetropfte **Kichererbsen** hinzufügen und umrühren.
4. Mit **Salz, Pfeffer** und **Petersilie** abschmecken.
5. Dazu passt gut **Reis*** und **Mango Chutney***