

Kichererbsen-Curry



250 g	Kichererbsen
600 g	magerer Schweinenacken
1	Blumenkohl (ca. 500 g)
2	Möhren
1	Gemüsezwiebel
1	Knoblauchzehe
1 Bund	Lauchzwiebeln
2 EL	Öl
	Salz, Pfeffer
ca. 1 EL	Curry
1 l	Gemüsebrühe
100 g	Schlagsahne

Zubereitung

- 1 Am Vortag Kichererbsen über Nacht in kaltem Wasser einweichen.
- 2 Am nächsten Tag Schweinenacken trocken tupfen und in Würfel (ca. 2 cm) schneiden. Blumenkohl waschen und in kleinen Röschen vom Strunk schneiden. Möhren schälen, waschen und schräg in Scheiben schneiden. Gemüsezwiebel und Knoblauch schälen. Zwiebel würfeln und Knoblauch hacken. Lauchzwiebeln waschen und in Ringe schneiden.
- 3 Kichererbsen abgießen. Öl in einem Schnellkochtopf (mindestens 4,5 l Inhalt) erhitzen. Fleisch darin rundherum kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. 1 EL Curry darüberstäuben und anschwitzen. Zwiebel, Knoblauch, vorbereitetes Gemüse und Kichererbsen zugeben. Alles mit Brühe ablöschen. Topf nach Vorschrift schließen und anköchen (s. Hersteller). Dann ca. 10 Minuten garen.
- 4 Den Topf nach Vorschrift abdampfen und öffnen (s. Hersteller). Curry mit Sahne verfeinern. Mit Salz, Pfeffer und Curry abschmecken. Dazu schmeckt Fladenbrot.