

Reis-Plätzchen mit Gemüsecurry



200 g	Kichererbsen
¾ l	Bio-Gemüsebrühe (instant)
225 g	Langkorn-, Wildreis und Thai-Reis-Mischung
2	Zwiebeln
2	Zucchini (à ca. 150 g)
je 1	Paprikaschote (à ca. 200 g)
4-5 EL	Öl
1 EL	Curry
	Salz
	Pfeffer
50 g	Goudakäse
3	Eier (Gr. M)
150 g	saure Sahne
1-2 EL	heller Soßenbinder
evtl.	Koriander zum Garnieren

Zubereitung

- 1 Kichererbsen in reichlich Wasser über Nacht einweichen. Reis in 450 ml kochende Brühe geben und zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 20 Minuten ausquellen lassen. Inzwischen Zwiebeln schälen und fein hacken. Zucchini und Paprika putzen, waschen und in halbe Scheiben bzw. Stücke schneiden. 2 Esslöffel Öl in einem Topf erhitzen und die Hälften der Zwiebeln darin andünsten. Paprika und Zucchini zufügen und ca. 5 Minuten mitdünsten. Mit Curry bestäuben und mit Salz und Pfeffer würzen. Kichererbsen abtropfen lassen und zum Gemüse geben. Mit restlicher Brühe ablöschen und aufkochen lassen. Zugedeckt bei schwacher Hitze ca. 30 Minuten garen. Inzwischen Reis evtl. abtropfen und etwas abkühlen lassen. Käse fein reiben. 1 Esslöffel Öl in einer Pfanne erhitzen. Übrige Zwiebel darin andünsten. Mit dem Käse und den Eiern zum Reis geben und mischen. Restliches Öl erhitzen und jeweils einen gehäuften Esslöffel der Reis-Masse in die Pfanne geben, flach drücken und von jeder Seite bei mittlerer Hitze ca. 3 Minuten goldbraun braten. Saure Sahne kurz vor Ende der Garzeit zum Gemüse geben und unterrühren. Soßenbinder unter Rühren einstreuen, nochmals aufkochen und nochmals abschmecken. Reisplätzchen mit dem Gemüsecurry auf einer Platte anrichten und nach Belieben mit Koriander garniert servieren