

Kokos-Kichererbsen-Curry



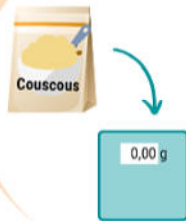
Zutaten

1 EL Kokosöl
1 Zwiebel
1 Dose stückige Tomaten
250 ml Kokosmilch
1 Dose Kichererbsen
2 TL Kreuzkümmelpulver
2-3 TL mildes Currypulver
Salz
240 g Couscous



Start

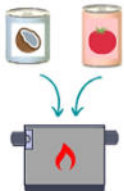
abwiegen



abmessen



dazugeben und aufkochen



anbraten



schälen und in kleine Würfel schneiden



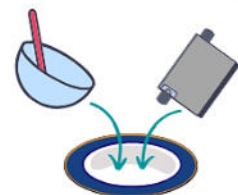
dazugeben*



quellen lassen



verteilen*



*heißes Wasser aus dem Wasserkocher, bis Couscous damit bedeckt ist

Ziel

*Kichererbsen für kleine Kinder pürieren oder vor dem Servieren zerdrücken wegen Aspirationsgefahr