

## **Mexikanischer Kichererbseneintopf**

für 2-3 Personen

### **Zutaten:**

- 130g getrocknete Kichererbsen\* (alternativ 1 Dose Kichererbsen\*)
- 500-700 ml passierte Tomaten
- 1 kleine Dose Mais (140g)
- 1 grüne Paprika
- 1 Karotte
- 1-2 kleine Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Kakao\*
- 2 TL Olivenöl\*
- 1 TL Kakaopulver\*
- 1 daumengroßes Stück frischen Ingwer
- ½ TL Kreuzkümmel\* gemörsert
- ½ TL gem. Zimt\*
- 1 Prise gem. Nelken\*
- 1 Prise Chilipulver\* (nach Belieben)
- Salz\* und Pfeffer\*
- 1 TL Rohrzucker\*

### **Zubereitung:**

Am Vortag die getrockneten Kichererbsen in reichlich Wasser einweichen (ca. 12 Stunden).

Kichererbsen abgießen und in frischem Wasser ca. 20 Minuten kochen. (entfällt bei Dosenware)

Paprika, Karotte, Zwiebeln und Knoblauchzehe klein würfeln und in Olivenöl anschwitzen (ausreichend großen Topf verwenden!). Kakao, Ingwer, Kreuzkümmel, Zimt, Nelken und Chilipulver zugeben und unterrühren. Anschließend mit den passierten Tomaten aufgießen und erhitzen. Zuletzt werden Kichererbsen und Mais zugefügt, alles ca. 15 Minuten köcheln lassen und mit Salz, Pfeffer und Rohrzucker abschmecken.

\*erhältlich im Weltladen

Das Team vom Weltladen Schongau wünscht gutes Gelingen und guten Appetit!