

Kichererbsen Indische Art

(4 Personen)

400 g Kichererbsen

Wasser

1 mittelgrosse Zwiebel, fein gehackt

3 Tomaten, in kleine Würfel geschnitten

2 EL Butter

¼ TL Curcuma

¼ TL Ingwerpulver

1 Prise Pfeffer

1½ TL Salz

etwas Peterli, gehackt

Kichererbsen über Nacht in doppelt soviel Wasser einlegen und am nächsten Tag schälen. In frischem Wasser knapp gar kochen (40 bis 50 min). Wasser abgiessen, 1 dl davon aufbewahren. Zwiebel in Butter andämpfen, Tomaten, Kichererbsen und Gewürze zugeben, kurz mitdämpfen. Mit dem Kochwasser ablöschen. 10 bis 15 min fertig kochen und mit Peterli garnieren.

Kichererbsen in Weisswein

(4 Personen)

400 g Kichererbsen

Wasser

1 mittelgrosse Zwiebel

1 Lorbeerblatt

2 Nelken

½ Bund Peterli (ganz)

5 dl Wasser

5 dl Weisswein

100 g Speckwürfeli

200 g Rüebli, in Scheiben geschnitten

1¼ TL Salz

Kichererbsen über Nacht in doppelt soviel Wasser einlegen und am nächsten Tag schälen. Zwiebel schälen und mit Lorbeerblatt und Nelken bestecken. Mit der Petersilie und den Kichererbsen in Wasser und Wein knapp gar kochen (40 bis 50 min). Zwiebel und Peterli entfernen. Speckwürfeli glasig braten, Rüebli begeben, mitdämpfen. Kichererbsen mit restlicher Flüssigkeit begeben, salzen, zugedeckt 10 bis 15 min fertig kochen.