

# Hier und heute



## Curry mit Kichererbsen und frischem Gemüse mit Reis

Mit ihrem köstlichen Rezept für Curry mit Kichererbsen und frischem Gemüse beweist Sterneköchin Julia Komp, dass die Küche aus Sri Lanka nicht kompliziert sein muss.

### Das Rezept von Julia Komp

#### Zutaten für das Gemüsecurry

- 500 g Muskat-Kürbis
- 4 Schalotten
- ½ Soloknoblauch
- ½ rote Chilischote
- 1 kleines Stück Ingwer (daumengroß)
- 1 Stück Fenchel
- 1 rote Paprika
- 2 EL Butter
- ½ TL Fenchelsamen
- ½ TL Kurkuma, gemahlen
- ½ TL Curry Anapurna
- 100 ml Gemüsefond
- 300 ml Kokosmilch
- 300 g Kichererbsen
- Optional: frische Curryblätter und frischer Koriander

#### Zubereitung

Den Kürbis dünn schälen und entkernen. Fruchtfleisch in kleine Würfel (ca. 1 x 1 cm) schneiden. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln.

Chilischote waschen, trocknen, putzen. Ingwer schälen und fein hacken.

Paprika und Fenchel in Würfel schneiden.

In einem mittelgroßen Topf die Butter golden aufschäumen. Knoblauch, Ingwer und Chili darin anschwitzen.

Gewürze dazugeben und kurz schmoren. Dann Schalotten dazugeben, kurz mitanbraten. Schließlich Fenchel, Paprika und Kürbis hinzufügen.

Alles gut vermischen und salzen. Mit Flüssigkeit (Fond und Kokosmilch) ablöschen, kurz aufkochen. Fünf Minuten köcheln, um das Gemüse zu erhitzen. Es sollte knackig bleiben.

Vor dem Servieren Kichererbsen dazugeben. Wer mag, Curry mit frischem Koriander garnieren.

#### Zutaten für den Kokosreis

- 200 g Jasminreis
- 250 g Kokosmilch
- 125 g Wasser
- 10 g Salz

#### Zubereitung

Reis ganz kurz abwaschen, dann mit der Kokosmilch, Wasser und dem Salz in den Reiskocher geben. Oder in einen Einsatz für Dampfgarer füllen und bei 100 °C Dampf circa 25 Minuten dämpfen.