

## Kichererbsen-Hähnchen-Curry mit Gemüse und Kokosmilch

Rezept für 4 Personen

### Zutaten:

500 GR Hähnchenbrustfilet pariert  
1 Dose Kichererbsen, (240 g Abtropfgewicht)  
2 rote Paprika  
1 Möhre  
1 kleine Zwiebel  
100 g Blumenkohl  
100 g Brokkoli  
1 Chilischote, gewaschen, geputzt ohne Strunk aber mit Kernen in feine Scheibchen geschnitten  
1 Stück frischer Ingwer, geschält und auf einer Ingwerreibe zerrieben  
2 EL Rapsöl  
Saft von zwei Zitronen  
Saft von einer Orange und etwas Abrieb von der Schale  
Salz und bunter Pfeffer aus dem Mörser  
400 ML Kokos-Milch  
2 TL Currypulver

Salz und bunter Pfeffer aus dem Mörser zum abschmecken  
etwas fein geschnittene glatte Petersilie zum garnieren

### Zubereitung:

Die Kichererbsen auf ein Sieb geben, abspülen und abtropfen lassen. Paprika waschen, halbieren, weiße Kerne und Trennwände entfernen und das Fruchtfleisch in feine Streifen schneiden. Die Möhre schälen und in feine Streifen schneiden, Zwiebel abziehen und würfeln. Blumenkohl und Brokkoli in Röschen teilen, Ingwer schälen und auf der Ingwerreibe zerreiben. Möhre, Zwiebel und Blumenkohl und Brokkoli im Rapsöl Fett 1-2 Minuten rundherum anbraten. Dann das Currypulver darüberstäuben, Ingwer zugeben und verrühren. Paprika, Chili, Kichererbsen, Kokosmilch, Zitronen- und Orangensaft und 100 ml Wasser zugeben und alles 5-10 Minuten köcheln lassen. Inzwischen das Hähnchenfleisch abspülen, trocken tupfen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zum Curry geben und weitere 6 Minuten bei kleiner Hitze garen, bis das Hähnchenfleisch durchgegart ist. Das Curry mit Salz und buntem Pfeffer aus dem Mörser und dem Abrieb der Orangenschale abschmecken.