

## Kartoffel-Pott „Grünkohl meets India“



Beim Namen Grünkohl denkt man nicht gerade an hippestes Superfood, dabei ist das heimische Wintergemüse eine echte Vitaminbombe und sehr vielseitig. Kaum ein Gemüse hat so hohe Gehalte an Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen und bioaktiven Substanzen in einer ausgewogenen Zusammensetzung wie Grünkohl. Grünkohl mal anders, erleben Sie mit unserem Rezept.

### Zutaten für 4 Personen

- 1 Dose (425 ml) Kichererbsen
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Chilischoten
- 600 g Kartoffeln
- 2 Tomaten
- Currypulver, gemahlener Koriander, Salz
- 6 EL Öl
- 1 Dose (400 ml) ungesüßte Kokosmilch
- 300 g geputzter Grünkohl

### So geht's

- Kichererbsen abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen, hacken. Chilischoten putzen, waschen, in Ringe schneiden. Kartoffeln schälen, waschen und in Spalten schneiden. Die Tomaten waschen, klein hacken.
- Zwiebeln, Knoblauch, Chilis sowie je 1 TL Curry und Koriander in 2 EL heißem Öl andünsten. Kartoffeln, Tomaten, Kokosmilch,  $\frac{1}{4}$  l Wasser und Hälfte der Kichererbsen zufügen. Aufkochen, mit Salz würzen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln.
- Grünkohl waschen, in Streifen schneiden, zugeben und ca. 5 Minuten weitergaren. Übrige Kichererbsen in 4 EL Öl anbraten. Mit Salz und Koriander würzen. Den Kartoffel-Pott abschmecken und mit gerösteten Kichererbsen bestreuen.

### Zubereitungszeit

- ca. 45 Min.