

AUBERGINEN-KOKOS-CURRY MIT HUMMUS UND BROT

In den letzten Tagen hatte ich so viele Ideen für leckere vegetarische Rezepte, dass ich auf die Schnelle überhaupt nicht sagen konnte wo ich anfangen soll. Am Ende mit keinem der Rezepte auf meiner Ideenliste - ich hatte nämlich ausreichend Miso-Hummus aus dem Australien Kochbuch* von Harriet Birrel übrig das ich für einen Rezepttest gezaubert habe. Also habe ich dazu ein super leckeres Auberginen-Kokos-Curry gekocht und beides mit einer großen Scheibe Dinkelbrot serviert. Total unkompliziert und ein perfektes Abendessen für unter der Woche!



ZUTATEN FÜR 2-3 PERSONEN:

- 2 Auberginen
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Kokosmus
- 1/2 TL Salz

1 TL Currypulver

1 TL Kurkuma

1 Prise Chilipulver

ca. 350ml Wasser

100ml Orangensaft

1/2 kleines Bund Petersilie

Für den Hummus:

1-2 Knoblauchzehen

1 Zitrone (Saft und Schale)

250g Kichererbsen

2 EL Erdnussmus (im Original Tahini)

1 EL Miso

1 Prise Chilipulver

60-70ml Wasser

ZUBEREITUNG:

Die Aubergine in mundgerechte Stücke würfeln. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Kokosmus in der Pfanne schmelzen und die Aubergine dazu geben. Zwiebel und Knoblauch untermengen und alles mit etwas Wasser ablöschen. Die Auberginenpfanne mit mit Salz, Curry und Kurkuma würzen. Gut umrühren und bei Bedarf nochmal etwas Wasser dazu geben. Den Deckel auflegen und alles bei leicht reduzierter Hitze (hier 10 von 14) köcheln lassen.

In dieser Zeit für den Hummus den fein gehackten Knoblauch in Zitronensaft einlegen. Alle weiteren Zutaten für den Hummus im Mixer fein mixen, den Zitronen-Knoblauch untermengen und den Hummus ein letztes Mal abschmecken.

Den Orangensaft in die Auberginenpfanne geben, die Petersilie fein hacken und ebenfalls untermengen. Das Curry mit Salz und Chilipulver abschmecken.

Das Auberginen-Kokos-Curry mit Hummus und Brot anrichten und sofort servieren.

Lasst es euch schmecken!

