

Kichererbsensuppe mit Minze



Zutaten für 1 Portion

- 1 Portion Kichererbsen
- Pfefferminztee
- 1 Portion Gemüse (Fenchel, ½ Tomate, Kürbis, 1 TL gewürfelte Zwiebeln)
- 1 Knoblauchzehe, ½ Chilischote
- 200 ml Gemüsebrühe
- Piment
- Kreuzkümmel
- 1 EL frisch gehackte Minze

Zubereitung

Kichererbsen über Nacht einweichen. Am nächsten Tag das Einweichwasser abgießen und die Kichererbsen in Pfefferminztee kochen, bis sie weich sind; das dauert etwa 45 Minuten.

Fenchel waschen, putzen und klein schneiden. Tomate würfeln. Kürbis schälen und klein würfeln. Knoblauch abziehen und hacken. Chilischote putzen und klein schneiden.

Das Gemüse in der Brühe aufkochen und bei mittlerer Hitze weichkochen.
Mit Knoblauch, Chili, Piment und Kreuzkümmel würzen.

Kichererbsen abgießen und den Sud auffangen.

Kichererbsen zu dem Gemüse geben. Nach Belieben mit dem Sud auffüllen. Vor dem Servieren die Minze dazugeben.