Kichererbsen mit Tomaten

Domatesli Nohut

2 Gläser Kichererbsen
250 g klein gewürfeltes Kalbfleisch
5 mittel grosse Tomaten
4 Spitzpaprika
2 mittel grosse Zwiebel
1 ½ Teegläser ÖL
1 ½ KL Salz

Am Vorabend die Kichererbsen säubern waschen und mit so viel Wasser befüllen, so dass sie unter Wasser stehen. Am Folgetag mit der Einlegeflüssigkeit weich kochen.
In einem Topf Öl erhitzen und die klein gehackten Zwiebel glasig dünsten.
Klein gewürfeltes Kalbfleisch und entkernte und grob zugeschnittene Paprika hinzugeben. Mit verschlossenem Deckel garen bis das Kalbfleisch den Eigensaft abgegeben hat.
Währenddessen die zwei Tomaten schälen und würfeln die anderen drei Tomaten hobeln.
Die gesamten Tomaten in die Fleischmischung einfüllen und Salz einstreuen. So lange kochen bis die Tomaten eine tomatenmarkähnliche Konsistenz erreicht haben.
Als letztes weich gekochte und abgetropfte Kichererbsen hineinfüllen und vermischen und bei mittlerer Stufe 20 Minuten kochen.
Heiss zu Tisch bringen.

Tipp: Wenn die Kichererbsen mit Tomaten in einer Jahreszeit zubereitet werden in dem saftige Tomaten gibt, dann schmeckt die Suppe noch mehr.

© ml.md (Deutsche) Rezept #: 1007 | Rezeptname: Kichererbsen mit Tomaten | Geschichte: 26.04.2024 - 21:01