

Gebackene Kichererbsen

ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 10 Minuten

EINWEICHEN: 12 Stunden oder über
Nacht

BACKEN: 25 Minuten

FÜR 4 Personen

200 g getrocknete Kichererbsen

3 L Wasser

1 EL Olivenöl

½ EL Korianderpulver

½ EL Kreuzkümmelpulver

½ EL Paprika Edelsüss

Salz, Pfeffer



© le menu

Aus der Sendung



Zubereitung

Kichererbsen in viel Wasser 12 Stunden bei Raumtemperatur einweichen, abgiessen. Kichererbsen mit frischem Wasser aufkochen, 50–60 Minuten weichkochen, Erbsen abgiessen und trocken tupfen. Olivenöl und alle Zutaten mischen, Kichererbsen darin wenden. Auf das Blech verteilen.

BACKEN

In der Mitte des auf 200° C vorgeheizten Ofens 25 Minuten backen.

Tipp

- Dazu passen Involitini.

www.lemenu.ch

