




Reis mit Bananen-Currysoße.

 **30 Min.**  **30 Min.**  **mittel**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für:

Portion(en)

Zubereitung:

- g Jasminreis (z.B. Taste of Asia)
- Salz
- reife Banane(n)
- Zwiebel(n)
- ml Rapsöl (z.B. Bonita)
- TL Currypulver
- ml Kokosmilch (z.B. Taste of Asia)
- g Kichererbsen mit Flüssigkeit (Dose)
- TL gehackte TK-Petersilie (z.B. Naturgut)
- EL veganes Paniermehl
- EL vegane Streichcreme Paprika-Chili (z.B. Naturgut)
- Msp. Backpulver
- Pfeffer

- 1** Als Erstes kümmerst du dich um den Reis. Gib ihn in ein Sieb und spüle ihn mit kaltem Wasser ab, bis das Wasser klar ist. Dann ab in einen Topf zusammen mit der doppelten Menge gesalzenem Wasser. Kurz aufkochen und dann zugedeckt bei wenig Hitze gar ziehen lassen.
- 2** In der Zwischenzeit startest du mit der Bananen-Currysoße. Dafür die Banane schälen und in kleine Stücke schneiden.
- 3** Die Zwiebel wird geschält und anschließend fein gehackt. Erhitze in einem Topf $\frac{1}{3}$ des Öls und schwitze die Hälfte der gehackten Zwiebeln darin an. Die Banane und das Currypulver können jetzt dazu und kurz mitbraten. Lösche dann alles mit der Kokosmilch ab und lass die Soße ca. 5 Min. köcheln.
- 4** Weiter geht es mit den Kichererbsentalern. Hierfür die Kichererbsen samt Flüssigkeit mit Petersilie, Paniermehl, Paprika-Chili-Streichcreme, Backpulver, den restlichen Zwiebeln, Salz und Pfeffer in eine Schüssel geben. Jetzt kommt dein Pürierstab zum Einsatz. Mixe alles grob durch. Mit angefeuchteten Händen formst du deinen Teig dann zu kleinen Talern.
- 5** Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kichererbsentaler darin von beiden Seiten goldbraun anbraten.
- 6** Endspurt! Es geht ans Anrichten. Du kannst alles miteinander mischen oder aber die Currysoße auf tiefe Teller verteilen und den Reis sowie die Taler darauf hübsch anrichten, sodass alles gut zur Geltung kommt.