

Unsere Sortenempfehlung: Türkischer Bergkürbis

Zutaten für 4 Portionen

1 EL	Öl
500 g	Lammfleisch (z. B. Gulasch)
250 g	Kichererbsen
	Wasser zum Einweichen
500 g	Kürbisfleisch
1	Zucchini
2 EL	Paprikapaste, scharfe (Biber Salcasi)
4 EL	Tomate(n), stückige
4 Zehen	Knoblauch
2	Zwiebel(n)
1 EL	Sumach
1 TL	Paprikapulver, rosenscharf
4	Chilischote(n), evtl.
	Salz und Pfeffer, schwarzer, grob geschrotet
	etwas Zitronensaft, etwas Zucker, etwas Wasser
	1 Bund Minze, gehackt



Zubereitung

Die Kichererbsen am Vorabend einweichen, am nächsten Tag weich kochen und zur Seite stellen. Die Zwiebeln und den Knoblauch hacken. Das Kürbisfleisch und die Zucchini würfeln.

Zwiebeln und Knoblauch in heißem Öl etwas anschwitzen, dann das Lammfleisch dazugeben und gut anbraten. Paprikapaste und Tomaten zugeben, kurz schmoren lassen und dann mit etwas Wasser ablöschen. Salz, Pfeffer, Sumach und etwas Zitronensaft zugeben. Das Fleisch ca. 1/2 Std. schmoren.

Das Kürbisfleisch zugeben, weitere 15 - 20 Min. schmoren lassen. Jetzt die Kichererbsen und Zucchini zugeben. Wenn Chilis verwendet werden, kommen diese, gehackt, jetzt auch in den Topf. Wer die Zucchini knackig mag, nur ca. 10 Minuten weiterschmoren, sonst etwas länger.

Nochmal mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken, evtl. etwas Zucker zufügen. Mit Minze bestreuen und servieren.