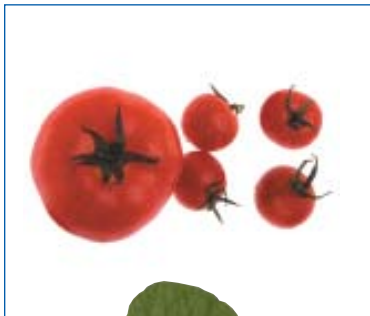


Kichererbsen-Reis-Salat



Party,
Grillen ...



Zutaten:

- * 150 g Langkorn-Naturreis, Salz
- * 250 g Kichererbsen (Dose oder Glas)
- * 1 Bund Radieschen
- * 1 Knoblauchzehe
- * 1 Bund Koriander
- * Saft von 1 Orange
- * Saft von 1 Zitrone
- * 2 EL Öl
- * 1-2 TL Sambal Olek (nach Wunsch)
- * Ingwerpulver
- * Pfeffer aus der Mühle
- * 1/2 Salatgurke
- * 6 Tomaten
- * 1 kleine Gemüsezwiebel

Zubereitung:

- * Reis nach Packungsanweisung in Salzwasser garen.
- * Kichererbsen abtropfen lassen. Radieschen abspülen, putzen und fein raspeln. Knoblauch pellen. Koriander abbrausen, trockenschütteln (einige Blättchen zum Garnieren abnehmen) und die Blättchen fein schneiden.
- * Reis abgießen, kalt abschrecken und gut abtropfen lassen. Kichererbsen, Koriander, Orangen- und Zitronensaft, Öl, Sambal Olek, Ingwerpulver und den gepressten Knoblauch dazugeben. Alles mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Kühl gestellt 30 Min. durchziehen lassen.
- * Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Tomaten abspülen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Zwiebel pellen und in Ringe schneiden.
- * Eine Platte mit Gurken- und Tomatenscheiben und Zwiebelringen auslegen. Den Kichererbsen-Reis-Salat nochmals abschmecken und daraufgeben. Mit Korianderblättchen garniert servieren.

