

Rezept

Kichererbsen mit Knoblaucheiern

Ein Rezept von Kichererbsen mit Knoblaucheiern, am 24.01.2025

Zutaten

300 g Wirsing	2 EL Olivenöl
1 Dose Kichererbsen (ca. 265 g)	1/8 l Gemüsebrühe
1-2 TL getrockneter Thymian	Salz
Pfeffer	2 EL Tomatenmark
4 Eier	4 Knoblauchzehen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 710 kcal

Zubereitung

1. Wirsing waschen, putzen und in feine Streifen schneiden. In einem Topf in 1 EL Öl leicht andünsten. Kichererbsen abtropfen lassen, mit Brühe und Thymian zum Wirsing geben. Alles gut vermischen, mit Salz, Pfeffer und Tomatenmark würzen, zugedeckt 10 Min. köcheln lassen.
2. Eier anstechen, in kochendem Wasser ca. 8 Min. garen. Knoblauch schälen und in dünne Scheiben schneiden, im restlichen Öl goldbraun braten. Gemüse abschmecken, die Eier schälen und halbieren, zusammen anrichten. Knoblauch über die Eier geben.