



Wurzelgemüseragoût mit Kichererbsen

Ein Eintopf mit blauen Karotten, Schwarzwurzeln, Pastinake und Kichererbsen. Die blauen Karotten habe ich am Gemüsestand von Astrid und Edy Müller am Robenhauser Chlausmarkt erstanden. Es ist eine sehr alte Kulturform der Karotte und stammt vermutlich aus Vorderasien, sie schmeckt etwas süsslicher als die verbreitete orangerote Karotte, die in der heutigen Form erst im 17. Jahrhundert gezüchtet wurde.

Zutaten

600g Wurzelgemüse
(Blaue Karotten, Pastinake, Schwarzwurzeln)
100g Kichererbsen getrocknet
1 Eschalotte
3dl Gemüsebouillon
1dl Vollrahm
schwarzer Pfeffer
Bratbutter

Zubereitung

Kichererbsen 24 Stunden in kaltem Wasser einweichen und ca. 1 Stunde in ungesalzenem Wasser weichkochen.

Kichererbsen müssen unbedingt mindestens 1/2 Stunde gekocht werden, damit das enthaltene, unverträgliche Phasin abgebaut wird.

Gemüse rüsten und in grobe mundgerechte Stücke schneiden. Pastinake separat bereitstellen.

Eschalotten hacken und in Bratbutter nicht allzu heiss andünsten. Nach ca. 2 Minuten Schwarzwurzeln und Karotten zugeben und ca. 5 Minuten unter gelegentlichem Wenden mitdünsten.

Mit der Bouillon ablöschen, etwas pfeffern und ca. 25 Minuten halb zugedeckt köcheln lassen. Nach ca. 10 Minuten Pastinake zugeben. Kurz vor Ende der Kochzeit Kichererbsen zugeben und heiss werden lassen. Zum Schluss Vollrahm unterrühren.



Während dem Einweichen verdoppeln die Kichererbsen ihr Volumen.

