

Kichererbsen-Salat mit Melone

Zutaten (für 4 Personen):

- 250 g getrocknete Kichererbsen
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- 800 g Zuckermelone
- 3 EL Limettensaft
- Salz
- Zucker
- 2 Stiele Minze
- 10 Stiele Koriander
- 1 rote Zwiebel
- ½ bis 1 rote Chilischote

Kichererbsen in einer großen Schüssel mit reichlich Wasser bedecken und mindestens 12 Stunden einweichen. Anschließend in reichlich kochendem Wasser 10-15 Minuten garen.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Tomatenmark dazugeben und bei mittlerer Hitze 2 Minuten andünsten. 150 ml Wasser dazugießen und aufkochen.

Melonen entkernen und das Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher ausstechen oder würfeln. In eine Schüssel geben und mit dem Tomatensud übergießen. Mit Limettensaft, Salz und Zucker würzen.

Blätter von der Minze und vom Koriandergrün abzupfen. Zwiebel würfeln, Chilischote fein hacken. Alles unter die Melonenkugeln geben. Kichererbsen abgießen und heiß untermischen. Mindestens 10 Minuten ziehen lassen.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 14.07.2018

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen