

**i** Auch mit Thermomix möglich!



# aaregues.ch Kicherärbsli mit Härgli

## Zutaten für 4 Personen

200 g	Zwiebeln
2–4	Knoblauchzehen
60 g	aaregues.ch Rapsöl
400 g	Tomaten
Salz	
70 g	grüne Peperoni
70 g	rote Peperoni
380 g	Wasser
150 g	aaregues.ch Härgli Teigwaren
500 g	gegartes aaregues.ch Kicherärbsli

## Vorbereitung

- Kichererbsen in doppelter Menge in kaltem Wasser für ca. 12 Stunden oder über Nacht einweichen lassen.
- Mit frischem, kaltem Wasser gut abspülen, Wasser in einer Pfanne zum Kochen bringen.
- Salz beigeben (analog Teigwaren).
- Eingeweichte aaregues.ch Kicherärbsli darin weich sieden.
- Die aaregues.ch Kicherärbsli sind weich, sobald du sie mit einer Gabel mühelos zerdrücken kannst.
- aaregues.ch Kicherärbsli in ein Sieb geben und mit kaltem Wasser abspülen.

## Zubereitung ohne Thermomix

1. Zwiebeln und Knoblauch zerkleinern und mit dem aaregues.ch Rapsöl 5 Minuten andünsten.
2. Tomaten zerkleinern und zu den Zwiebeln und Knoblauch zugeben.
3. Peperoni zerkleinern und mit Salz hinzufügen, für 7 Minuten köcheln lassen.
4. Wasser hinzufügen und erhitzen.
5. aaregues.ch Härgli und aaregues.ch Kicherärbsli hinzugeben und nach Packungsangabe garen.
6. Abschmecken und servieren.

## Zubereitung mit Thermomix

1. Zwiebeln und Knoblauch in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 5 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben
2. Öl zugeben und 5 Min./120°C/Stufe 1 dünsten.
3. Tomaten zugeben und 3 Sek. / Stufe 5 zerkleinern
4. Salz, Peperoni, zugeben und 7 Min./100°C garen
5. Wasser zugeben und 3 Min./100°C/Stufe 1 erhitzen
6. aaregues.ch Härgli zugeben, Varoma-Behälter aufsetzen, aaregues.ch Kicherärbsli in den Varoma-Behälter geben, Varoma-Behälter schliessen und Zeit gemäss Packungsangabe/Varoma garen.
7. aaregues.ch Kicherärbsli in den Mixtopf geben, mischen, abschmecken und servieren.

Weitere Infos ↴

