

## Cizrnové kari

2 lžíce slunečnicového oleje  
1 lžička kmínu  
1–2 červené chilli papričky,  
zbavené semeníku,  
nasekané  
1 malý svitek skořice  
1 bobkový list  
1 cibule, nasekaná najemno  
½ lžičky mleté kurkumy  
sůl, pepř  
2 stroužky česneku,  
nasekané najemno  
400 g uvařené měkké  
cizrny, okapané  
1 lžička mleté papriky  
1 lžička mletého koriandru  
2 malá rajčata, nasekaná  
1 lžíce nasekaného  
čerstvého koriandru  
vařená rýže k podávání

Olej rozpalte v nižším hrnci s nepřilnavým dnem. Vsypete kmín, chilli papričky, svitek skořice a bobkový list a krátce opékejte, dokud nezačne kmín praskáním „poskakovat“ po pánvi. Přidejte cibuli, kurkumu a špetku soli. Opékejte 2 minuty, přidejte česnek a po dalších 4–5 minutách vmíchejte okapanou cizrnu, papriku, pepř a mletý koriandr. Dobře promíchejte, aby se cizrna obalila veškerým kořením. Poté vmíchejte rajčata a nechte je prohřát. Podávejte posypané čerstvým koriandrem, s vařenou rýží.

Moje modifikace: místo klasického česneku medvědí česnek, zelenina navíc – paprika, pórek, naklíčené mungo fazolky (cca 3 dny), k dozdobení a vitaminům čerstvě natrhané sedmikrásy

Možno servírovat samotné nebo jako přílohu k jiným pokrmům.

