

### Zutaten für eine Schüssel

1 ½ Tassen oder ein Dose Kichererbsen  
1 Schalotte oder Zwiebel  
1 Knoblauchzehe  
2 Lauchzwiebeln  
1/2 Bd. Blattpetersilie  
2 El Olivenöl  
1 El Gemüsebrühe  
2 Tomaten  
1 gelbe Paprika  
1 Zitronensaft von einer Zitrone  
Salz  
Pfeffer

### Etwas Zucker **Zubereitung**

Kichererbsen über Nacht einweichen und im Einweichwasser etwa 25 Minuten weich kochen. Eilige nehmen eine Dose (die ungesündere Variante). Schalotte und Knoblauch klein hacken und in einer Pfanne mit einem Teil des Olivenöls goldgelb anschwitzen und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Tomate und Paprika grob würfeln, die Lauchzwiebeln in feine Scheiben schneiden. Die Kichererbsen mit Zitronensaft, Olivenöl, Petersilie, Lauchzwiebeln, Paprika und den Tomatenwürfeln anmachen und mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Schmeckt frisch und leicht.