



## Rote Zwiebeln mit Kichererbsenpüree + Tahini

### **Zutaten für 4-6 Personen:**

8 große rote Zwiebeln  
1 EL Mascobadozucker (braun) \*  
125ml Rotweinessig  
250ml Bio Gemüsebrühe  
200g Kichererbsen\*  
1 Eigelb  
1 EL Tahini (Sesammus) \*  
20g Sesam ungeschält \*  
Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel gemahlen \*

### **Zubereitung:**

Die Kichererbsen über Nacht einweichen. Die äußeren trockenen Zwiebelschalen entfernen, von den Zwiebeln die Spitzen als Deckel abschneiden und die Zwiebel aushöhlen. Das Innere der Zwiebel fein hacken. Den Zucker karamellisieren, Essig und die Hälfte der Brühe zugeben. Auf die Hälfte reduzieren, dann die Zwiebelwürfel zugeben. Einkochen lassen, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist.

Die eingeweichten Kichererbsen weich kochen und pürieren. Eigelb, Kichererbsenpüree und Tahini zu der Zwiebelmasse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Mit dieser Masse die Zwiebeln füllen. Zwiebeln in eine Auflaufform geben und die restliche Gemüsebrühe angießen. Alles bei 180°C für ca. 35 Minuten in den Ofen geben.

Die Zwiebeln nach der Hälfte der Garzeit abdecken und gut 5 Minuten vor Ende der Garzeit mit der Sesamsaat bestreuen.

Dazu passt ein gemischter Salat und Brot.

**Zutaten mit Sternchen \* erhalten Sie im fair.**