

## Curry-Sorghum-Kuchen mit Karotten und Rucola

---

### Zutaten

- 1 Tasse Sorghumhirse
- 3 Tassen Wasser
- 1 EL Olivenöl
- 1½ TL Salz
- 1 Zwiebel gehackt
- 1 Bund Rucola grob geschnitten
- 2 Karotten zerkleinert
- 1 Knoblauchzehe gehackt
- 2 TL Currypulver
- schwarzer Pfeffer
- ¼ Tasse griechischer Joghurt
- 1 Ei zerquirlt
- 2 EL frischer Koriander gehackt



### Zubereitung

1. Sorghumhirse abspülen und abtropfen lassen, Kochen siehe Grundrezept
2. Sorghumhirse abkühlen lassen und mit dem Mixer zerkleinern
3. Alles in eine grosse Schüssel geben
4. 1 EL Öl in Pfanne erhitzen
5. Zwiebel dünsten, Rucola und Karotten dazugeben und 3 Min. köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist, Knoblauch, Currypulver und 1 TL Salz dazugeben, kurz aufkochen
6. Gemüsemischung zur Sorghumhirse geben
7. Masse auskühlen lassen
8. ¼ Tasse Joghurt, Ei und Koriander hinzufügen und alles gut mischen
9. Die Masse in 8 Portion (je ¼ Tasse) teilen und feste 1,5 cm dicke Kuchen formen, auf Backblech legen
10. 30 Min. ruhen lassen
11. Backen: 25 - 30 Min., 180°
12. Küchlein mit Joghurt, Koriander und Zwiebeln servieren.