

Falafel

bei SehrLecker.de



Die Zutaten:

500 gr Kichererbsen, 1 l Wasser (zum Einweichen), 1 mittelgroße feingehackte Zwiebel, 2-3 Zehen Knoblauch zerdrückt, 2 Esslöffel gehackte frische glatte Petersilie, 2 Teelöffel gemahlener Kreuzkümmel (Cumin), 1 Esslöffel Wasser, 1 Teelöffel Backpulver, Öl zum Fritieren.

Die Vorbereitungen:

Die Kichererbsen in Wasser einweichen (am Besten über Nacht, mindestens 4 Stunden).

□

Die Zubereitung:

1. Die Kichererbsen abtropfen lassen und in der Küchenmaschine oder einem Pürierstab pürieren, bis eine feine Paste entstanden ist.
2. Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Kreuzkümmel und Backpulver hinzufügen und nochmals pürieren (wenn die Paste zu dick ist, etwas Wasser (1 EL) hinzufügen)
3. Die Mischung ca. 30 Minuten ruhen lassen.
4. Kleine Bällchen formen.
5. Öl erhitzen (ca. 180 Grad) und die Bällchen mit einem Löffel behutsam hineinlegen und leicht umrühren, damit sie nicht festkleben. (Vorsicht Ölspritzer!! => AUA!!!)
6. Die gebräunten Bällchen vorsichtig mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Dazu gehört Joghurtsoße.