AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
mittel	35 Min.	ganzjährig	Naher Osten

FALAFEL AUS KICHERERBSEN



Rezept: saveurs. Best of 2016. Burda international 2016 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Die Bällchen aus pürierten Kichererbsen, Kräutern und Gewürzen sind heute unter anderem ein Nationalgericht Israels. Als Mezze haben sie auch eine lange Tradition im Nahen und Mittleren Osten. (+30 Min. backen)

ZUTATEN (4 PERSONEN)

450 g	Kirchererbsen	1 TL	Kümmelpulver
60 g	Pistazien, nicht gesalzen	3 TL	Olivenöl
1	Schalotte	1	Eigelb
1 Zehe	Knoblauch	25 g	Mehl
1 Zw	Minze		Fleur de sel

ZUBEREITUNG

1. Kirchererbsen je nach Art in Wasser einlegen. In Salzwasser gar kochen.
2. Ofen auf 210° C vorheizen. Knoblauch schälen und Keimling entfernen, Schalotte enthäuten und beide fein hacken.
3. Pistazien hacken. Zusammen mit den weichen Kichererbsen und der gehackten Minze in einem Becher mixen. Kümmel, Eigelb und Olivenöl zugeben. Salzen und zu einem festen, ein wenig klebendem Teig mischen.
4. Dann das Mehl gut untermischen und Bouletten formen. Diese auf das mit einem Backpapier belegten Backblech legen. Gut 30 Min. unter gelegentlichem Drehen goldbraun backen.

TIPP: Ein Dip aus einigen Esslöffeln Crème fraîche mit Gewürzsalz, Pfeffer und Zitronensaft verfeinert die Falafel.