

Falafel

200 g	Kichererbsen
1 kleine	Zwiebeln
2 EL	gehackte Petersilie
2 EL	Gehackter Koriander
1 TL	Salz
1/2 TL	Chilipulver oder Chiliflocken
4 Zehen	Knoblauch
1 TL	Kreuzkümmel
1 TL	Backpulver
	Mehl
	Öl zum Frittieren

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Dann die Zwiebelwürfel zusammen mit den abgetropften Kichererbsen in einen Food Processor geben und zerkleinern. Als nächstes Petersilie, Koriander, Salz, Chilipulver, den Knoblauch und den Kreuzkümmel zugeben. Das Ganze nun in der Küchenmaschine gut vermischen und zerkleinern. Aber bitte kein Püree aus der Masse machen.

Als nächstes das Backpulver und 4 EL Mehl untermischen. Gegebenenfalls musst Du noch mehr Mehl zugeben, damit Du aus der Teigmasse kleine Falafel-Bällchen formen kannst. Die Falafel-Teigmasse sollte nicht an den Händen festkleben. Die Falafel-Masse nun einige Stunden abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

Anschließend aus der Masse etwa walnussgroße Falafel-Bällchen formen. Alternativ kannst Du auch einen speziellen Falafelportionierer verwenden. Dann etwa 8 cm hoch Öl in einen Topf oder Wok geben und dieses bei hoher Temperatur erhitzen. Das Öl sollte richtig heiß sein. Zum Testen kannst Du ein Falafel in das heiße Öl geben. Wenn die Falafel auseinander fällt, solltest Du noch etwas Mehl unter die Masse mischen.

Die Falafel goldbraun frittieren (bei ca. 175 Grad) und auf Küchenpapier legen.