



Falafel, gebackene Kichererbsenbällchen

- **Küche:**Israelisch, Libanesisch, Orientalisch
- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 30m
- **Zubereitungszeit:** 45m
- **Fertig in** 1:15 h

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '75', 'cook_time' : '45m', 'prep_time' : '30m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Orient trifft Okzident, fleischlos, einfach und lecker

Zutaten

- (4 Personen)
- Für die Bällchen
- 250g getrocknete Kichererbsen
- 1 fein mittelgroße, geschnittene Zwiebel
- Eine fein geschnittene Knoblauchzehe
- 3 Scheiben Ingwer, fein gewürfelt
- Je 2 El frischer Koriander und krause Petersilie, gehackt
- 1 Ei
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer
- Für die Schwarzwurzeln:
- 500 g frische Schwarzwurzeln (geht auch mit T.K.)
- ca. 50 g Mehl für die Schwarzwurzeln und die Stove
- 80 g Butter
- Saft einer 1 Zitrone
- ½ Gläschen Geflügelbrühe aus dem Supermarkt
- ½ Becher Crème fraiche
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- Für das Petersilien Pesto:
- Ca. 30g frische, krause Petersilie
- 30g Pinienkerne
- 1-2 Knoblauchzehen
- 2 El frisch geriebenen Parmesan
- Etwas Meersalz
- Etwas frisch gemahlener, schwarzer Pfeffer
- 30 ml kalt gepresstes Olivenöl

Zubereitungsart

Schritt1

Schritt2

Kichererbsenbällchen:

Schritt3

Die Kichererbsen am Vortag mit kaltem Wasser einweichen, danach auf ein Küchensieb leeren und abspülen, im Küchenmixer pürieren.

Schritt4

Die Zwiebeln mit dem Knoblauch glasig anschwitzen und mit dem Ingwer, den Kräutern, Salz und Pfeffer und dem Ei, zu den pürierten Kichererbsen geben, gründlich vermischen.

Schritt5

Walnussgroße Bällchen formen und in heißem Öl ca. 8-10 min. goldgelb heraus backen; auf Küchentrepp abtropfen lassen.

Schritt6

Die Schwarzwurzeln:

Schritt7

Die Schwarzwurzeln waschen, schälen (bitte mit Einweghandschuhen) und in Zitronensaft mit Mehl legen, reiben, unter fließendem Wasser abspülen und schräg in ½ cm dicke Scheiben schneiden.

Schritt8

Anschließend in etwas Butter anschwanken, salzen, pfeffern und mit etwas Zitronensaft und Muskatnuss würzen.

Schritt9

Mit etwas Geflügelbrühe aufgießen und ca. 10 min. leise köcheln lassen, danach auf ein Küchensieb abgießen.

Schritt10

Die restliche Butter erhitzen und etwa 30g Mehl dazu geben, etwas „ausschwitzen“ lassen und mit dem Schwarzwurzelfond und Crème fraiche aufgießen.

Schritt11

Glatt rühren, salzen, pfeffern und ca. 10 min. auskochen lassen. Danach die Schwarzwurzeln wieder dazu geben, nachschmecken.

Schritt12

Das Petersilien Pesto:

Schritt13

Die Petersilie, die Pinienkerne, Knoblauch, etwas Meersalz und Pfeffer im Küchenmixer oder mit dem Zauberstab fein mixen und das Olivenöl dazu geben, zuletzt folgt der Parmesan, bis ein homogenes Pesto entstanden ist.

Schritt14

Anrichtevorschlag:

Schritt15

Die krossen Kichererbsenbällchen auf dem Schwarzwurzelgemüse anrichten und etwas Pesto darüber träufeln.

Rezeptart: Vegetarisch **Tags:** fleischlos, pesto

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/falafel-gebackene-kichererbsenbaellchen/>