



KICHERERBSENBRATLINGE

16 Stück

Zutaten:

- ca. 400 g gekochte Kichererbsen
- 1 Zwiebel
- etwas Bratöl
- 1 Ei Gr. M
- ½ TL Backpulver
- Kreuzkümmel
- 1 Brötchen
- 2 Knoblauchzehen
- ½ Bund Petersilie
- 50 g Mehl
- Salz, Pfeffer,

So wird's gemacht:

Kichererbsen unter fließendem Wasser abspülen, abtropfen lassen und in eine Rührschüssel geben. Ein Stück Brot oder 1 Brötchen in kaltem Wasser einweichen, mit der Hand ausdrücken und zu den Kichererbsen hinzu geben. Das Ganze nun mit einem Stabmixer pürieren.

Eine in kleine Würfel geschnittene Zwiebel in 1 ½ EL Öl in wenigen Minuten glasig anbraten. Knoblauchzehen klein schneiden und mit unterheben, zart salzen, kurz abkühlen lassen und über die Kichererbsenmasse geben.

Ein Ei, Salz, Kreuzkümmel, schwarzen Pfeffer, Paprika edelsüß, fein gehackte, frische Petersilie hinzu geben und zu einer weichen Masse vermengen.

2 EL Mehl in eine kleine Schüssel geben, mit ½ TL Backpulver vermischen und in die Kichererbsenmasse einarbeiten. In eine kleinere Schüssel 2 EL Mehl zum Formen der Bratlinge einfüllen.

In einer Bratpfanne nicht zu wenig Öl zum Braten erhitzen. Von der etwas klebrigen Teigmasse mit einem EL etwas Teig entnehmen und mit einer Seite auf das Mehl in der Schüssel fallen lassen.

Den Bratling kurz mit den Fingern hochheben dabei die zweite Seite ebenfalls kurz im Mehl wenden und mit den Händen zu kleinen runden Küchlein formen.

In genügend Abstand zueinander in das heiße Öl in der Pfanne legen und bei nicht zu großer Hitze zuerst die eine, danach die zweite Seite langsam goldbraun ausbacken.



Rheinland-Pfalz

MINISTERIUM FÜR UMWELT,
ENERGIE, ERNÄHRUNG
UND FORSTEN