

# Köstliche Falafel

## Zutaten (für ~20 Stück):

1 Zwiebel	1 kleine Chili
250 g getrocknete Kichererbsen	(je nach Geschmack)
1 Zwiebel	1 ½ Zitronen
2 Knoblauchzehen	125g Kichererbsenmehl
1 Bund Koriander	1 TL Salz
1 Bund glatte Petersilie	Öl zum Frittieren
2 TL Kreuzkümmel	(bzw. anbraten)

## Zubereitung:

- 1) Die Kichererbsen mindestens 12 Stunden oder über Nacht in Wasser einweichen lassen.
- 2) Sobald die Kichererbsen eingeweicht sind, in einem Sieb abgießen und abspülen - **ACHTUNG:** etwas von dem Kichererbsenwasser für später aufbewahren.
- 3) Restliche Zutaten vorbereiten:  
Zwiebel und Knoblauch schälen und grob kleinschneiden. Chili entkernen und grob zerkleinern. Die Blätter der Kräuter von den Stängeln zupfen. Etwas Schale von den Zitronen abreiben und die Zitronen auspressen.
- 4) Die Kichererbsen mit all den restlichen Zutaten, bis auf das Öl, in einem Mixer oder einer Küchenmaschine zu einer cremigen Masse vermengen.  
Scheint die Masse sehr trocken, etwas von dem Kichererbsenwasser hinzufügen.
- 5) Die Falafelmasse in eine Schale füllen und für mind. 30 Minuten im Kühlschrank kaltstellen.
- 6) Fritteuse oder Topf mit Öl erhitzen - wahlweise den Ofen auf 190 Grad vorheizen oder die Pfanne bereitstellen.
- 7) Die Falafelmasse zu kleinen runden oder abgeflachten Bällchen formen.
- 8) Falafel ca. 3 Minuten frittieren bis sie gold-braun sind - wahlweise 25-30 min backen oder in der Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten ca. 5 Minuten braten.