

Kichererbsen Marrakesch

Das Rezept für die fleischlose Alternative und kann mit frischen Salat serviert werden

Zutaten für 4 Portionen

Marokkanische Gewürzmischung, Kardamom, Ingwer, Koriander, Kreuzkümmel

200	g	Kichererbsen
1	Stk	Zwiebel
2	Stk	Eier
100	g	Paniermehl
100	g	Quark
1	Stk	Knoblauch
3	EL	Peterli
1	EL	Rosmarin
1	Prise	Salz und Pfeffer zum abschmecken
3	EL	Oliveöl davon kann man nie genug haben
Sesamöl oder Paste (Tahin)		

Zubereitung

Die eingelegten Kichererbsen wenige Minuten kochen und anschließend in einer Pfanne mit Olivenöl kurz anrösten. Die fein gehackte Zwiebel und den fein gehackten Knoblauch ebenfalls kurz mitrösten.

Die Kichererbsen werden anschließend in einer Schüssel mit den Eiern, dem Quark und dem Olivenöl vermischt. Danach mit dem Stabmixer pürieren.

Nun das Paniermehl, den Knoblauch und die Zwiebel hinzufügen. Mit Rosmarin und Petersilie verfeinern. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Masse zu formen.

Die Kichererbsen Häufchen auf beiden Seiten vorsichtig in einer Pfanne mit Olivenöl braten.

