

# 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/>