

Rezept

Gebratene Kichererbsenbällchen

Ein Rezept von Gebratene Kichererbsenbällchen, am 19.04.2024

Zutaten

150 g Kichererbsenmehl	1 Msp. Backpulver
1/2 TL Kurkumapulver	1/2 TL Chilipulver
Salz	1 EL getrocknete Bockshornkleeblätter
2 EL Sonnenblumenöl	3 EL Ghee
1/2 TL Kreuzkümmelsamen	1/2 TL braune Senfkörner
10 Curryblätter	1 Msp. Asafoetida

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4-6 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 150 kcal

Zubereitung

1. Kichererbsenmehl in einer Schüssel mit Backpulver, je 1/4 TL Kurkuma- und Chilipulver und etwa 1/2 TL Salz mischen. Die Bockshornkleeblätter zwischen den Fingern zerreiben und ebenfalls untermischen. Jetzt nach und nach knapp 1/4 l Wasser und das Öl unterrühren, bis sich ein eher trockener Teig bildet, der sich leicht mit der Hand formen lässt. Aus dem Teig walnussgroße Bällchen formen.
2. Einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Salzen und die Hitze auf mittlere Stufe reduzieren. Die Bällchen in das Wasser geben, wenn es nur noch ganz wenig sprudelt. Bällchen 10-15 Minuten garen, dabei ab und zu am Topf rütteln, damit die Bällchen nicht am Topfboden ansetzen. Sobald die Bällchen gar sind, vorsichtig in ein Sieb abgießen, abtropfen und abkühlen lassen.
3. Das Ghee in einer beschichteten Pfanne heiß werden lassen. Kreuzkümmelsamen, Senfkörner und Curryblätter reingeben und bei mittlerer Hitze rösten, bis es zu knistern anfängt. Jetzt übriges Kurkumapulver, Chilipulver und Asafoetida einrühren. Die Bällchen in die Pfanne geben und bei mittlerer bis starker Hitze etwa 5 Minuten braten. Heiß mit der Tomaten-Raita zum Dippen servieren.