

Rezept

Kokette Kichererbsen-Kroketten

Ein Rezept von Kokette Kichererbsen-Kroketten, am 28.04.2024

Zutaten

250 g getrocknete Kichererbsen (ersatzweise 500 g Dosen-Kichererbsen)	250 g mehligkochende Kartoffeln
1 Zwiebel	Salz
1 Bund Koriandergrün	1 Knoblauchzehe
2 TL edelsüßes Paprikapulver	gemahlener schwarzer Pfeffer
110 g Weizenmehl (Type 405)	1 Prise geriebene Muskatnuss
110 g Semmelbrösel	1 Ei (M)

Außerdem:

Pflanzenöl zum Braten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 355 kcal

Zubereitung

1. Die Kichererbsen mind. 8 Std. (oder über Nacht) in Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgießen und in frischem Wasser in ca. 1 Std. sehr weich kochen.
2. Inzwischen die Kartoffeln schälen, klein würfeln und in Salzwasser in 10 Min. sehr weich kochen. Die weichen Kartoffeln abgießen und stampfen. Zwiebel und Knoblauch schälen, würfeln und in einer Pfanne in 2 EL Öl in ca. 3 Min. bei mittlerer Hitze glasig schwitzen. Den Koriander waschen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und hacken.
3. Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, mit dem Pürierstab oder im Mixer pürieren und mit dem Kartoffelbrei, der Zwiebel-Knoblauch-Mischung sowie dem Koriander verrühren. Die Masse mit Salz, Pfeffer, dem Paprikapulver und etwas Muskatnuss würzig abschmecken.
4. Aus der Masse Kroketten formen, diese in Mehl wenden, durch das verrührte Ei ziehen und zuletzt in die Semmelbrösel drücken. Die Kroketten in einer beschichteten Pfanne von allen Seiten bei mittlerer Hitze in etwas Öl braten, bis sie schön goldbraun werden. Am besten heiß genießen.