

Rezept

Mini Kichererbsen-Kuchen

Ein Rezept von Mini Kichererbsen-Kuchen, am 26.04.2024

Zutaten

FÜR DIE KÜCHLEIN		1-2 Knoblauchzehen
1	kleine rote Zwiebel	1 Frühlingszwiebel
1/2	große rote Chilischote	1 Bund gemischte Kräuter (z.B. Minze, Koriandergrün, Petersilie)
50 g	Feta-Schafskäse	1 Dose Kichererbsen (240 g Abtropfgewicht)
1 TL	gemahlener Kreuzkümmel	1/2 TL gemahlener Koriander
1/4 TL	Cayennepfeffer	Meersalz
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer	1 EL Zitronensaft
80-100 g	Semmelbrösel	1 Ei (M)
	Pflanzenöl zum Braten	FÜR DEN DIP
200 g	(griechischer) Sahne-Naturjoghurt	1 1/2 EL Tahini (Sesampaste)
1 EL	Zitronensaft	Meersalz

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN (ZUM SATTESSEN) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 315 kcal

Zubereitung

1. Für die Küchlein Knoblauch und Zwiebel schälen, die Frühlingszwiebel waschen und putzen, Chili waschen. Alles in grobe Stücke schneiden und in die Schüssel der Küchenmaschine (mit Messereinsatz) geben. Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen (ca. 20 g), den Feta grob zerkleinern, beides ebenfalls in die Schüssel geben. Alles fein pürieren, dabei immer wieder mal die Zutaten, die sich an der Schüsselwand angesammelt haben, mit einem Teigspatel nach unten streifen.
2. Die Kichererbsen in einem Sieb abbrausen, abtropfen lassen und mit den Gewürzen, Salz, Pfeffer und Zitronensaft mit in die Schüssel geben. Alles so lange pürieren, bis keine großen Stücke mehr sichtbar sind, es soll aber auch kein ganz feines Püree sein. Mit 30 - 40 g Semmelbröseln zu einer gerade formbaren Masse verrühren und würzig abschmecken. Im Kühlschrank in mindestens 30 Min. fest werden lassen.
3. Für den Dip alle Zutaten in einen hohen Mixbecher geben und mit dem Pürierstab glatt mixen. Den Dip abschmecken und kalt stellen.
4. Restliche Semmelbrösel in eine kleine Schale geben. Das Ei in einer zweiten Schale verschlagen. In eine große beschichtete Pfanne ½ cm Öl gießen und erhitzen. Aus der Kichererbsenmasse kleine Bällchen formen (nicht größer als ein Tischtennisball), diese flach drücken und zuerst im Ei, dann in den Bröseln wenden. Die Küchlein im Öl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 3 - 4 Min. braten, bis sie gut gebräunt und knusprig sind. Auf Küchenpapier entfetten und mit dem Dip servieren.