

Rezept

Veggie-Bällchen

Ein Rezept von Veggie-Bällchen, am 05.12.2025

Zutaten

Für die Bällchen

500 g	vorwiegend festkochende Kartoffeln		Salz
3	grüne Thai-Chilischoten		3 Knoblauchzehen
½ TL	Garam Masala		3 EL Kichererbsenmehl
	Öl zum Frittieren		

Für die Sauce

1 EL	Öl	175 g	Garam-Masala-Würzpaste (Fertigprodukt oder selbst gemacht)
200 g	Kokosmilch		Salz
2 TL	Limettensaft		Pfeffer
	Zucker		Koriandergrün zum Bestreuen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 425 kcal, 33 g F, 6 g EW, 28 g KH

Zubereitung

1. Für die Bällchen Kartoffeln schälen, waschen, würfeln und in kochendem Salzwasser in ca. 15 Min. weich garen. Die Chilis halbieren, Stielansätze, Trennwände und Kerne entfernen. Die Hälften waschen, fein würfeln. Knoblauch schälen, fein würfeln.
2. Abgetropfte Kartoffeln durch die Kartoffelpresse in eine Schüssel drücken. Mit 1 TL Salz, Garam Masala, Chilis, Knoblauch und Kichererbsenmehl verkneten. Aus der Masse mit leicht angefeuchteten Händen ca. zwölf Bällchen formen.
3. Für die Sauce das Öl in einem Topf erhitzen. Die Paste darin unter Wenden leicht anbräunen. Kokosmilch und 400 ml Wasser angießen, salzen, aufkochen und mit leicht geöffnetem Deckel 15-18 Min. köcheln lassen. Dabei ab und zu umrühren.
4. Frittieröl in einen weiten Topf ca. 5 cm hoch einfüllen und auf ca. 175° erhitzen. Bällchen darin portionsweise unter Wenden goldbraun frittieren. Auf Küchenpapier entfetten.
5. Die Sauce mit Limettensaft, Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Die Bällchen darin zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 5 Min. ziehen lassen. Koriandergrün waschen, trocken schütteln, Blättchen und feine Stängel fein hacken. Das Curry mit gehacktem Koriander bestreut servieren.