

Kichererbsen-Bratlinge mit Waldpilzsuppe

Zutaten für 2 Personen

- ½ Dose gekochte Kichererbsen
- ½ Bund glattblättrige Petersilie, gehackt
- 1 EL Weissmehl
- ¾ EL TacoMix Würzmischung (Old El Paso)
- 1 Ei
- Salz, nach Bedarf
- 1½ EL Die Bratcrème oder Die Bratbutter
- 2 Päckli Minute Soup Waldpilz und Pasta (Campbell's)



Zeitangaben

Vor- und zubereiten: ca. 40 Min.

Energiewert / Person

ca. 2301 kJ/550 kcal

Mein Einkauf

- ½ Dose gekochte Kichererbsen
- ½ Bund glattblättrige Petersilie, gehackt
- ¾ EL TacoMix Würzmischung (Old El Paso)
- 1½ EL Die Bratcrème
- 2 Päckli Minute Soup Waldpilz und Pasta (Campbell's)

Im Vorrat

- Weissmehl
- Ei
- Salz



1 Kichererbsen abtropfen, in Schüssel geben, mit einer Gabel zerdrücken. Petersilie mit dem Mehl, dem Ei und der Gewürzmischung zum Kichererbsenpüree geben, salzen.



2 Die Bratcrème oder Die Bratbutter in beschichteter Bratpfanne heiss werden lassen. Je 2 Esslöffel Püree ins heisse Fett gleiten lassen (ergibt ca. 6 Bratlinge). Bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 3 Min. braten.



3 Bratlinge auf Haushaltspapier abtropfen. Waldpilzsuppe in zwei Tassen mit je 2½ dl Wasser zubereiten. Suppe anrichten, Kichererbsenbratlinge dazu servieren. Tipp: restliche Kichererbsen für Salat verwenden.

Weitere gluschtige
Rezepte unter

www.coop.ch/rezpte

Coop November-Rezept 2007, Fleischlos B