

Kichererbsenbällchen mit Aprikosen



Zubereitungszeit

40 Minuten + ca. 12 Stunden einweichen + ca. 50 Minuten garen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 270 kcal

Eiweiss: 11 g

Fett: 13 g

Kohlenhydrate: 27 g

Zutaten für 4 Portionen

120 g	getrocknete Kichererbsen
80 g	Lauch
2 EL	Olivenöl
1	Ei
0.5	Peperoncino
40 g	gedörrte Aprikosen
25 g	gehackte Pistazien
40 g	Paniermehl
4 Prisen	gemahlener Kreuzkümmel
	Salz
	Pfeffer
	Erdnussöl zum Frittieren

Zubereitung

1. Kichererbsen in kaltem Wasser ca. 12 Stunden einweichen. Wasser abgiessen. Kichererbsen in reichlich Wasser ca. 50 Minuten bissfest garen. Abgiessen und abtropfen lassen.
2. Lauch fein schneiden und im Oliven-öl dünsten. Kichererbsen abspülen, abtropfen lassen und mitdünsten. Vom Herd nehmen, etwas abkühlen lassen. Ei dazugeben. Mit dem Stabmixer fein pürieren. Peperoncino entkernen und fein schneiden. Zur Kichererbsenmasse geben. Aprikosen in kleine Stücke schneiden, mit den Pistazien und dem Paniermehl zur Masse mischen. Mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Masse baumnussgrosse Bällchen formen. Im Erdnussöl bei 160 °C schwimmend backen, bis sie Farbe annehmen. Nach Belieben warm oder kalt servieren.