



M *Erschienen in MM-Ausgabe 29*
M *16. Juli 2012*

Autor

Saisonküche

Fotograf

Mirjam Graf

[Home](#) > [Kochen](#) > [Rezepte](#) > Spinatsalat mit Kichererbsentätschli

Spinatsalat mit Kichererbsentätschli

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde/n 30 Minuten

Zutaten für 4 Personen

300 g	Kicherebsen
0,8 dl	Wasser
2 TL	Salz
	Pfeffer
1 Bund	Petersilie
100 g	Mehl
2	Eier
2	Knoblauchzehen
60 g	Kresse
360 g	Nature-Joghurts
4 EL	Bratbutter
	Mehl zum Formen
Salat	
3 EL	Zitronensaft
6 EL	Olivenöl

Salz, Pfeffer

200 g Spinatsalat

Zubereitung

1



Kichererbsen in viel kaltem Wasser über Nacht quellen lassen.

2



Am Zubereitungstag: Wasser abgiessen. Kichererbsen in ungesalzenem Wasser circa 50 Minuten weich kochen. Abgiessen und gut abtropfen lassen. Mit 0,8 dl Wasser pürieren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Petersilie fein hacken, mit Mehl und Eiern zur Masse geben. Knoblauch dazupressen. Masse gut mischen.

3



Kresse hacken. Mit dem Joghurt mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Salatsauce Zitronensaft und Öl verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spinat waschen und abtropfen lassen.

4



Etwas Tätschlimasse in wenig Bratbutter braten und degustieren. Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit wenig Mehl zu je circa 80 g schweren Tätschli formen. Tätschli bei mittlerer Hitze in restlicher Bratbutter circa 8 Minuten braten. Sorgfältig wenden, weitere 6-8 Minuten fertig braten.

Nährwerte**1 Portion enthält**

Kalorien:	670 kcal	Eiweiss:	26 g
Fett:	36 g	Kohlenhydrate:	57 g

MM.ch

Auf migrosmagazin.ch [einloggen](#), um alle Funktionen von migrosmagazin.ch zu benutzen oder [registrieren](#), wenn Sie noch keinen Login besitzen.

Kommentar verfassen

2 Kommentare

valeria solca [Gast]

Geschrieben vor

23 Stunden, 26 Minuten

ich habe genau nach rezept die tätschlimasse gemacht, aber sie ist ja dickflüssig. wie soll man da tätschli machen können?

Habe die masse heute gemacht und mlchte für morgen alles fertig haben

MM onlineredaktion

Geschrieben vor

2 Stunden, 36 Minuten

Werte Frau Solca

Die Kichererbsenmasse muss sich anfühlen wie ein abgekühlter Kartoffelstock. Er muss eine gewisse Festigkeit besitzen. Ist Ihre Masse zu flüssig, empfehlen wir Ihnen, sie mit Paniermehl zu mischen, bis sie leichter formbar ist.



Copyright © 2011 Migros-Genossenschafts-Bund. All rights reserved.