

Falafel mit scharfer Tomaten-Soße

Für 2 Personen

200 g Kichererbsen	ca. 300 ml Gemüsebrühe	100 g schnittfester Schafskäse
1 Bund glatte Petersilie	1/2 Bund Dill	1/2 Bund Koriander
1/2 Bund Lauchzwiebeln	1 Knoblauchzehe	1 Schalotte
1 TL Kreuzkümmel	1 Prise Chilipulver	Salz
1/2 TL Backpulver	ca. 300 ml Pflanzenöl	1 Zwiebel
1 grüne Chilischote	3 Fleischtomaten	4 EL Olivenöl
Zucker	1 Spritzer Zitronensaft	100 g griechischer Joghurt
2 Zweige frische Minze		

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Dann abschütten und 2/3 der Kichererbsen durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Die restlichen Kichererbsen in einem Topf mit Gemüsebrühe weichkochen, anschließend abschütten. Den Schafskäse in ca. 2 cm große Würfel schneiden. Petersilie, Dill und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Lauchzwiebeln grob schneiden, Knoblauch schälen und grob hacken. Kräuter, vorbereitete Lauchzwiebeln und Knoblauch mit den durchgedrehten Kichererbsen mischen und ein zweites Mal durch den Wolf drehen. Schalotte schälen und fein schneiden. Schalotten mit der Kichererbsenmasse mischen, mit Kreuzkümmel, Chilipulver und Salz abschmecken und Backpulver zugeben. Mit feuchten Händen daraus kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen. Die Schafskäsewürfel hineindrücken. In eine Pfanne ca. 1 cm hoch Pflanzenöl geben und die Falafel darin frittieren. Herausnehmen und auf Küchentuch abtropfen lassen. Für die Soße die Zwiebel schälen und fein schneiden. Chilischote halbieren, entkernen und das Fruchtfleisch fein hacken. Tomaten überbrühen und die Haut abziehen. In einer Pfanne mit 1 EL Olivenöl die Zwiebel anschwitzen, die Hälfte der gehackten Chilischote zugeben. Tomaten vierteln, die Kerne austreichen und diese zu den Zwiebeln mit in die Pfanne geben. Die Tomatenviertel beiseite stellen. Die Soße mit Salz und Zucker würzen und abschmecken, mit dem Pürierstab fein mixen, durch ein Sieb passieren und restliche gehackte Chili untermischen. Das Tomatenfleisch kleinschneiden, mit den gekochten Kichererbsen mischen mit Salz, Zitronensaft und 2-3 EL Olivenöl abschmecken. Den Joghurt glatt rühren, Minze fein hacken und darunter ziehen, mit Salz abschmecken. Falafel mit Tomatensoße, Kichererbsen-Tomaten-Salat und Joghurt anrichten und servieren.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 24. August 2010