

Würzspinat, Gemüse-Kichererbsen-Bratlinge, Joghurt

Für zwei Personen

Für den Würzspinat:

| | | |
|----------------------------|--------------------|------------------------|
| 500 g Babyspinat | 2 EL Butterschmalz | 1 Chilischote |
| 1 Schalotte | 1 Knoblauchzehe | 1 unbehandelte Zitrone |
| 1 Msp. gemahlener Kardamom | 1 Msp. Zimt | |

Für Gemüse-Bratlinge:

| | | |
|---------------------|------------------------|------------------------|
| 1 Tomate | 3 Frühlingszwiebeln | 1 rote Chili |
| 1 gelbe Paprika | 1 Zucchini | 1 Karotte |
| 1 Bund Minze | 2 Eier, Größe L | 250 g Kichererbsenmehl |
| gemahlener Kardamom | gemahlener Kreuzkümmel | Salz |
| Pfeffer | 500 ml Öl | |

Für den Joghurt:

| | | |
|------------------------|------------------------|--------------------------|
| 200 g Vollmilchjoghurt | 1 Bund Minze | 1 Bund glatte Petersilie |
| 10 g Ingwer | 1 unbehandelte Zitrone | gemahlener Kardamom |
| gemahlener Kreuzkümmel | Salz | Pfeffer |

Für den Würzspinat:

Den Spinat waschen und trocken wedeln. Knoblauch abziehen und klein schneiden. Chili der Länge nach halbieren, entkernen und klein schneiden. Schalotte abziehen und in kleine Würfel schneiden. Schale der Zitrone abreiben.

Butterschmalz in einer Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen lassen und Knoblauch und Chili darin andünsten nicht rösten, da sie sonst bitter werden. Anschließend für 2-3 Minuten den Spinat darin wenden, er soll noch nicht eingefallen sein, mit Kardamom und Zimt würzen und mit Zitronenschale abrunden.

Für Gemüse-Kichererbsen-Bratlinge:

Tomate halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden. Chili der Länge nach halbieren, entkernen und klein schneiden. Paprika halbieren, entkernen und vom Strunk befreien und würfeln. Zucchini und Karotte schälen und raspeln. Alles in eine Schüssel geben.

Minze waschen, trocken wedeln und fein hacken, aber erst ganz zum Schluss zum Gemüse geben, da sonst der Geschmack zu intensiv ist.

Eier und das Kichererbsenmehl in die Schüssel geben und zu einer glatten Masse verrühren. Die Masse mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Kardamom abschmecken. Die Minze unterheben und Teig zu kleinen Bratlingen formen.

Pfanne mit Öl erhitzen und die Bratlinge etwa drei Minuten knusprig darin ausbacken. Auf Küchentrepp abtropfen.

Für den Minz-Petersilien-Joghurt:

Ingwer schälen. Minze und Petersilie waschen, trocken wedeln. Eine Hälfte der Kräuter beiseitelegen und fein hacken. Die andere Hälfte mit dem Ingwer zusammen pürieren.

Zitrone halbieren und auspressen. Joghurt mit etwas Zitronensaft abschmecken und das Minz-Petersilienpüree mit dem Joghurt vermengen.

Kurz vor dem Servieren die gehackten Kräuter untermischen und alles mit Salz, Pfeffer, Kreuzkümmel und Kardamom abschmecken.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Claudia Al-Obaidi am 25. September 2018