

Sofort griffbereit! Falafel-Instant-Mix selber machen

VORBEREITEN

5
Min.

NIVEAU



vermischen, 15 Minuten kaltstellen. Falafelbällchen in heißem Fett knusprig ausbacken.

Zutaten für ca. 1 Portion (650 g)

600 g Kichererbsenmehl
1 Esslöffel Salz
2 Esslöffel getrocknete Petersilie
1 Esslöffel Kreuzkümmel
1 Esslöffel gemahlener Ingwer
1 Esslöffel gemahlene Paprika
2 Teelöffel gemahlener Koriander
2 Teelöffel gemahlener Kurkuma
2 Teelöffel gemahlene Chilischoten
2 Teelöffel Backpulver

Du hast Lust auf Falafel, aber die Nummer von deinem Lieblingsimbiss verschlammt? Kein Problem! Mit unserem Falafel-Instant-Mix sind die kleinen Bällchen in Windeseile zubereitet. Einfach das Pulver mit Wasser und Limettensaft vermischen, ausbacken und genießen.

- 1 -

Alle Zutaten miteinander vermischen und in ein luftdicht verschlossenes Aufbewahrungsglas geben.

Für ca. 10 Falafel 120 g Falafel-Instant-Mix mit 125 ml heißem Wasser und 2 Teelöffeln Limettensaft