

Falafel mit Koriander-Mayonnaise und Ur-Tomaten-Salat

Für zwei Personen

Für die Falafel:

200 g Kichererbsen (Dose)	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	3 Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ Grüne Chili	2 Eier	1 Bund glatte Petersilie
2 TL gemahl. Kreuzkümmel	50 g Mehl	1,5 TL Backpulver
Olivenöl	Öl	1 TL Salz
Pfeffer		

Für den Ur-Tomatensalat:

100 g Ur-Tomaten	1 rote Zwiebel	2 EL weißer Balsamico
1 TL Zucker	10 ml Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Koriander-Mayonnaise:

2 Eier	$\frac{1}{2}$ Zitrone	$\frac{1}{2}$ TL Senf
30 g Koriander	100 ml Rapsöl	Salz, Pfeffer

Für die Falafel:

Die Kichererbsen abgießen und gut abtropfen lassen. Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein hacken. Chili längs aufschneiden, von den Scheidewänden und Kernen befreien und zusammen mit abgezupften Petersilienblättern fein hacken.

Knoblauch, Zwiebel, Chili, 2 Eigelbe und Petersilie zusammen mit Kichererbsen, Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und Backpulver mit einem Pürierstab pürieren, aber nicht zu fein hacken, so dass die Masse gut vermischt und noch leicht krümelig ist. Olivenöl hinzugeben, um das Pürieren zu erleichtern. Mehl für eine bessere Struktur nach Bedarf zugeben.

Falafel-Masse zu etwa golfballgroßen Bällchen formen. Öl in einer Friteuse erhitzen. Falafel vorsichtig in das Öl geben und bei 180 Grad kross ausbacken, bis sie gebräunt sind. Fertige Bällchen auf einem mit Küchenpapier ausgelegten Teller abtropfen lassen.

Für den Ur-Tomatensalat:

Tomaten in verschiedene Größen schneiden, mit Balsamico Essig, Olivenöl, Salz, Pfeffer und Zucker marinieren. Zwiebel abziehen und mit dem Schnittlauch in feine Streifen schneiden. Beides unter den Tomatensalat mischen.

Für die Koriander-Mayonnaise:

Alle Zutaten auf Zimmertemperatur bringen. Eier aufschlagen, trennen und Eigelb auffangen. Zusammen mit Senf, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer mit einem Pürierstab pürieren, währenddessen nach und nach Öl hinzugießen.

Korianderblätter abzupfen und zur Masse geben und noch einmal kurz durchmischen. $\frac{1}{2}$ EL ausgepressten Zitronensaft dazugeben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Tomaten-Salat auf Tellern anrichten, Falafel darauf geben, die Mayonnaise darauf verteilen und servieren.

Nelson Müller am 19. August 2021