

# Falafel mit Joghurt-Soße und Naan

## Für 2 Personen

### Für die Falafel:

300 g Kichererbsen	1 Bund glatte Petersilie	1 Bund Dill
1 Bund Koriander	1 Bund Lauchzwiebeln	1/2 TL Kreuzkümmel
1 TL Paprikapulver	Salz	1/2 TL Backpulver
ca. 500 g Pflanzenöl	1 Salatgurke	1 Knoblauchzehe
300 g griechischer Joghurt	1 Prise Schwarzkümmel	2 Tomaten
1 Zitrone 4 EL Olivenöl	Pfeffer	

### Für das Naanbrot:

50 ml Milch	1 TL Zucker	20 g 1 frische Hefe
200 g Mehl	Salz	1/2 TL Backpulver
1 EL Sonnenblumenöl	50 g Joghurt	Butterschmalz

#### Für die Falafel:

Die Kichererbsen über Nacht in reichlich kaltem Wasser einweichen. Für das Naan Milch in eine Schüssel gießen, Zucker und Hefe einrühren und stehen lassen, bis die Mischung zu schäumen beginnt. Das Mehl in eine große Schüssel geben, eine Prise Salz und Backpulver untermischen. Die Hefemilch zugeben und leicht untermischen. Öl und Joghurt vermengen. Mit in die Mehlschüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. 1/4 TL Sonnenblumenöl in eine Schüssel geben und die Teigkugel darin wenden. Die Schüssel mit Frischhaltefolie bedecken und den Teig an einem warmen Ort ca. 1 Stunde gehen lassen bis er sich verdoppelt hat. Die eingeweichten Kichererbsen abschütten und die Hälfte der Kichererbsen weich kochen. Alle Kichererbsen durch die feine Scheibe des Fleischwolfes drehen. Petersilie, Dill und Koriander abspülen, trocken schütteln und grob hacken. Lauchzwiebeln grob schneiden, Kräuter und vorbereitete Lauchzwiebeln mit den durchgedrehten Kichererbsen mischen und ein zweites Mal durch den Wolf drehen. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver und Salz abschmecken und Backpulver zugeben. Mit feuchten Händen daraus kleine Bällchen von 2 cm Durchmesser formen. In eine Pfanne ca. 1 cm hoch Pflanzenöl geben und die Falafel darin frittieren. Herausnehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Gurke gründlich waschen und auf einer groben Reibe raspeln, abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Gurke und Knoblauch unter den Joghurt mischen mit Salz und Schwarzkümmel abschmecken. Die Tomaten waschen und in Scheiben schneiden. Von der Zitrone den Saft auspressen. Aus Zitronensaft, Olivenöl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren und über die Tomaten geben.

#### Für das Naanbrot:

Den Hefeteig erneut durchkneten, in 4 gleichgroße Kugeln teilen und mit einem Tuch bedecken. Die erste Kugel mit etwas Mehl dünn ausrollen. Teigfladen in eine heiße Pfanne mit etwas Butterschmalz geben und auf einer Seite braten, bis der Fladen Blasen wirft. Dann umdrehen und kurz in der Pfanne garen. Naan herausnehmen. Naan, Tomaten, Joghurt-Dip und Falafel anrichten.

Jacqueline Amirfallah am 01. Oktober 2013