

Kräuter Falafel mit Joghurt-Dip

[Hauptspeise](#)[Fingerfood](#)[Sommer](#)[Vegetarisch](#)[ZUBEREITUNG](#) **SCHWIERIGKEIT:** 

Kichererbsen in einer Schüssel mit kaltem Wasser einweichen und abgedeckt über Nacht stehen lassen (bitte keine Kichererbsen aus der Dose verwenden!).

Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Eine Hälfte vom Knoblauch mit Joghurt, Orangensaft 2 EL Zitronensaft und Minzblättchen vermischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eingeweichte Kichererbsen in ein Sieb abgießen, kalt abspülen und abtropfen lassen. Nun mit restlichem Knoblauch, Zitronensaft, Frühlingszwiebel, Gemüsesuppe und Kräuter im Mixer fein pürieren. Mit Salz und Kreuzkümmel würzen.

Mit angefeuchteten Händen aus dem Kichererbsen- teig kleine Taler formen und in reichlich Bona Pflanzenöl goldbraun ausbacken. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Mit Joghurt-Dip servieren.

**ZUTATEN** 

100 g getrocknete Kichererbsen

2 Knoblauchzehen

250 g Joghurt griechischer Art

2 EL Orangensaft

6 EL Zitronensaft

2 EL fein gehackte Minzblättchen

Salz, Pfeffer

4 EL Frühlingszwiebelröllchen

4 EL klare Gemüsesuppe

2 Handvoll Petersilienblättchen

Kreuzkümmel

Reichlich Bona Pflanzenöl zum Ausbacken