



## KICHERERBSENBÄLLCHEN

HÜLSENFUCHT- & REIS-MEHLE | VORSPEISE | 15-45 MIN | VEGETARISCH



### Zutaten (Für 4 Personen)

125 g Müller's Mühle Kichererbsen Mehl  
250 g fertige Gemüsebrühe  
10 g Sesamöl  
250 g Kartoffel mehlig kochend  
1 TL Mango Chutney  
40 g Quark  
50 g Gemüsewürfel (Karotte, Sellerie, Lauch)  
2 EL Petersilie geschnitten  
1 Ei  
Curry, Kurkuma, Salz

Zum Panieren:

3 EL Müller's Mühle Reis Grieß mit

### Produkttempfehlungen



**KICHERERBSEN  
MEHL**

### Zubereitungen

Kartoffeln weich kochen Petersilie fein schneiden. Gemüse würfeln und in der Gemüsebrühe aufkochen anschließend das Kichererbsen Mehl im Sturz hineingeben, zu einem Brandteig abbrennen. Die Teigmasse zusammen mit den anderen Zutaten in einer Küchenmaschine mit dem Schneebesen aufschlagen, bis eine homogene Masse entsteht. Anschließend Sesam und Reisgrieß mischen. Aus der Masse kleine Bällchen formen und diese darin panieren und frittieren.

Tipp zur veganen Zubereitung: Einfach den Quark durch Seidentofu und das Ei durch einen Löffel Kichererbsenmehl mit zwei EL Wasser verrührt, ersetzen.

Die Bällchen sind so zudem laktose- und glutenfrei.

Zubereitungszeit: ca. 15-20 Minuten