



Falafel Tacos

Zutaten

Für die FALAFEL:

400g getrocknete Kichererbsen

5 Knoblauchzehen

1 kleine Zwiebel geschnitten

1 Zucchini geschnitten

1 grosses Rübli gehackt

1 Handvoll frischer Peterli gehackt

2 TL Paprika

2 TL gemahlener Kreuzkümmel

1,5 TL Meersalz

1 EL Nullkommanull Gemüsebouillon

1 TL Backpulver

Für die TACOS:

200g Crème Fraîche

1 Glas Rio Grande Mango-Lime-Habanero

1 Packung kleine Tortillas

Salat nach Wahl



Zubereitung

1. Die Kichererbsen über Nacht in reichlich Wasser einweichen.
2. Die Kichererbsen abtropfen lassen und mit den anderen Zutaten in eine Küchenmaschine geben und grob zerkleinern.
3. Zu einer Schlange rollen und in kleine Stücke schneiden. Frittieren bis sie goldbraun sind bei mittlerer Hitze.
4. Tortillas mit Crème Fraîche bestreichen, Falafel oder Gemüse nach Wahl hineinlegen und mit Tex-Mex-Salsa belegen.