

FALAFEL BURGER



Arbeitszeit
ca. 60
Minuten



Zutaten für 4 Portionen

für die Falafel Pattys

250g	Kichererbsen gar (aus der Dose)
1/2	Bund Koriander
2 EL	Olivenöl
1/2	Limette
2 EL	Tahin
2	kleine Karotten
3 EL	Mehl
2 EL	Semmelbrösel
	Olivenöl zum anbraten

für die Mayonnaise

3 EL	Aquafaba
1 TL	Senf
1/2	Zitrone
150-200 ml	neutrales Öl (z. B. Sonnenblumenöl)
	Salz und Pfeffer zum Würzen
2	kleine Essiggurken
	Salz

ausserdem

4	Burger Buns
1 Glas	Trzesniewski Aufstrich „Wilder Paprika mit Erbse“
	Rotkraut
	Eisberg Salat
	Pommes Frites als Beilage

Zubereitung

1. Für die Mayonnaise Aquafaba, den Zitronensaft und den Senf mit einem Pürierstab gut aufmischen und verrühren.
2. Unter ständigem Rühren wird nun das Öl langsam und gemächlich zugegeben und gemixt, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
3. Zum Schluss abschmecken und fein gehackte Essiggurken untermischen.
4. Für die Pattys die Kichererbsen mit Koriander, Tahin, Limettensaft sowie Olivenöl zu einer feinen Masse pürieren.
5. Die Masse zusammen mit geriebener Karotte, 3 EL Mehl und 2 EL Semmelbrösel zu gleich großen Kugeln formen. Diese flach drücken und zu Pattys formen.
6. In einer beschichteten Pfanne, in etwas Olivenöl, von beiden Seiten goldgelb braten.
7. Salat und Rotkraut fein schneiden und vorbereiten.
8. Die Burger Buns aufschneiden und den Deckel auf den Innenseite mit dem Trzesniewski Aufstrich „Wilder Paprika mit Erbse“ bestreichen. Den unteren Teil des Buns mit Salat belegen und ein Patty darauflegen.
9. Mit der Mayonnaise bestreichen und mit Rotkraut belegen.
10. Burger Oberteil darauf setzen und mit Pommes Frites servieren.

