

## Vegetarisches Highlight aus dem Nahen Osten

### Kichererbsen Tätschli mit Ofengemüse und Joghurt Koriander-Dip

Für 2 Portionen.

#### Zutaten:

- 250 g Kichererbsen eingeweicht o. Dose
- 200 g Kartoffeln
- 250 g Karotten
- 1 kleine Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- ½ Zitronensaft
- 2 EL Mehl oder Paniermehl
- Oliven-oder Rapsöl
- Gewürze (Kreuzkümmel, Kardamon, Ingwer, etc.)
- Salz, Pfeffer
- 100 g Joghurt natur
- Korianderblätter



#### Zubereitung:

1. Karotten und Kartoffeln waschen und Karotten schälen. Bei den Kartoffeln die Schale dranlassen. Kartoffeln vierteln und Karotten in grosse Stücke schneiden. Das Gemüse in einer Schüssel mit etwas Olivenöl und Gewürzen (Salz, wenig Pfeffer, Paprika, Koriander und frischer Rosmarin oder Thymian) mischen. Das Gemüse auf einem Backblech (mit Backpapier) verteilen und bei 200 °C während ca. 25 Minuten backen.
2. Weiche Kichererbsen in eine Schüssel geben. Zwiebel und Knoblauch schneiden und zu den Kichererbsen geben. Mehl, Zitronensaft, 1-2 EL Öl sowie Gewürze (Pfeffer, Salz, Kreuzkümmel, Paprika, Kardamon, Ingwer u. ä.) oder 1 EL Tahini dazugeben und alles pürieren. Falls es zu wenig Flüssigkeit hat, noch ein wenig Wasser oder Milch oder Naturjoghurt nehmen.
3. Aus der Kichererbsenmasse handflächengrosse Tätschli formen und diese in einer Bratpfanne mit wenig Öl pro Seite 3-4 Minuten braun anbraten.
4. Joghurt in eine kleine Schüssel abfüllen und etwas salzen und pfeffern. Die Korianderblätter hacken und dem Joghurt geben. Wer den Dip gerne etwas würziger hat, kann noch beliebig weitere Gewürze dazu mischen. Orientalische Gewürze passen gut zum Koriander oder Paprika gibt eine gewisse Schärfe.
5. Das Ofengemüse und 2 Kichererbsentätschli auf dem Teller anrichten und die Joghurtsauce dazwischen geben oder in der Schale auf den Tisch stellen.