



# Steirische Käferbohnen-Falafel

## Zutaten

### FÜR FÜR CA. 45 STK. KÖSTLICHER FALAFEL

- 600 g Steirische Käferbohnen, gekocht
- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 60 g Semmelbrösel
- 2 Eidotter
- 3 EL Kürbiskernöl
- 2 TL Kreuzkümmel
- 1-2 TL rotes Chilipulver
- Salz

### für den Dip:

- 100 g Sauerrahm
- 120 g Joghurt
- 1 Knoblauchzehe
- 2 TL Zitronensaft
- 5 EL Kürbiskernöl
- Salz
- Pfeffer

## Zubereitung

1. Backrohr auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.
2. Käferbohnen mit dem Pürierstab pürieren. Bei Bedarf etwas Wasser begeben.
3. Zwiebeln und Knoblauch schälen, sehr fein hacken, und mit den Käferbohnenmus sowie mit den restlichen Zutaten zu einer kompakten Masse vermengen.
4. Kleine Kugeln formen (das geht am besten mit nassen Händen). Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und etwa 10 Minuten im Ofen backen, dann vorsichtig wenden und weitere 10 Minuten backen lassen.
5. Während die Falafel im Ofen sind: die Zutaten für den Dip miteinander verrühren und abschmecken.
6. Falafel mit Dip und am besten mit einem bunten Salat der Saison servieren und genießen.

Rezept von der Plattform Zum Schutz Der Steirischen Käferbohne G.U. / Anna Majcan

