

Zwiebel und Kartoffel Pakoras (6 Personen)

Variation mit allen Gemüsen, die man in Stifte schneiden kann (Karotten, Süßkartoffel etc.) sind möglich.

Zutaten:

4 Zwiebeln - halbiert und in Scheiben geschnitten
2 Frische grüne Chilis - in feine Ringe geschnitten (optional)
250g Kichererbsenmehl und etwas mehr
50g Reismehl
1 EL Öl
Öl zum Frittieren

Aus Der Curry-Magic Dose

2 TL Currypulver (od. je 1 TL gemahlener Koriander & Kurkuma)
1 TL gemahlener Chili
2 TL Kreuzkümmel Samen (optional)
2 TL Bockshornkleeblätter oder Frischer Koriander grob gehackt
2 TL Salz

Zubereitung:

1. Die in Scheiben geschnittenen Zwiebeln mit 1 TL Salz, Currypulver, Chilipulver, Kreuzkümmel und Bockshornklee/Koriander in eine Schüssel geben gut durchmischen und 10 Minuten beiseitestellen.
2. In der Zwischenzeit, Kichererbsen Mehl, Reismehl und Salz mit einem Schneebesen vermischen, sodass alle Mehlklumpen gelöst sind.
3. Die Zwiebeln werden sehr feucht wirken da sie wegen der Salz Wasser auszuschleiden. Mehlmischung nach und nach zugeben, 1EL Öl zufügen und mit den Händen gut vermengen, bis der Teig feucht und cremig am Gemüse haftet. Wenn nötig, etwas Wasser hinzufügen. 20 Minuten ruhen lassen.
4. Öl in einem Wok/Pfanne bei mittlerer Hitze erhitzen. Ein Holzstäbchen oder einen Löffel hineinhalten, wenn kleine Bläschen aufsteigen, ist es heiß genug. Die Teigmischung portionsweise mit zwei Gabeln im heißen Fett in **kleine flache** Nester legen und goldbraun backen - dabei vorsichtig wenden.
5. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und heiß mit Ketchup, Chutney oder Minze Soße servieren.

Variation: Mit Broccoli, Blumenkohl, Kartoffelscheiben oder anderen Gemüsesorten

200g EL Kichererbsen-Mehl, 50g Reismehl, Salz, 1 EL Öl und die oberen Gewürze mit einem Schneebesen zusammenrühren, sodass alle Mehlklumpen gelöst sind. So viel Wasser langsam zufügen, bis ein dickflüssiger Brei entsteht. 20 Minuten ruhen lassen. Das in dünne Scheiben/kleine Stückchen geschnittene Gemüse Stückchenweise in dem Teig tauchen ausbacken. Mit Minze und Koriandersoße servieren.

Minze-Koriander-Soße

Zutaten:

40 g Minze
60 g Koriandergrün
1-2 Knoblauchzehen – geputzt
1 kleine Stück Ingwer
2 EL Zitronensaft
3-4 grüne Chilischoten - Kerne entfernen, wenn es nicht zu scharf sein soll
Salz
3-4 EL Joghurt
1 TL Zucker

Zubereitung:

1. Koriandergrün, noch im Bund, vom unteren Drittel der Stiele abschneiden, Gummiband rausnehmen und in einer Schüssel mit Wasser waschen. Grob hacken.
2. Minze waschen und die Blätter vom Stiel befreien. Stiel wegschmeißen und Minze grob hacken.
3. Alle Zutaten bis auf den Joghurt im Mixer sehr fein verarbeiten; bei Bedarf ein bisschen Wasser zufügen. Danach Joghurt unterrühren. Nur noch 2–3-mal kurz pulsieren (sonst wird der Joghurt zu flüssig).