

Spinatsalat mit Kichererbsentalern

Zutaten für 4 Personen

2 Dosen (à 425 ml) Kichererbsen
2 Knoblauchzehen
2 Eier (Größe M)
5 EL Mehl
Salz
Pfeffer
gemahlener Kreuzkümmel
¼ Bund Petersilie
2 EL Tahin (Sesampaste)
200 g Baby-Blattspinat
150 g Kirschtomaten
1 rote Zwiebel
3 EL Olivenöl
1 TL Sojasoße
100 g Sesam
3 EL BUTARIS Butterschmalz



Zubereitung:

1. Kichererbsen kalt abspülen und abtropfen lassen. Knoblauch schälen und hacken. Beides pürieren, Eier und Mehl unterrühren. Mit Salz, Pfeffer und Kreuzkümmel würzen. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Petersilie und 1 EL Tahin unter die Kichererbsen-Masse rühren und kalt stellen.
2. Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Zwiebel schälen und in feine Spalten schneiden. Tomaten, Zwiebel und Spinat mischen. 1 EL Tahin, Olivenöl und Sojasoße verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Kichererbsen-Masse esslöffelweise auf einen mit Sesam bestreuten Teller geben und vorsichtig zu ca. 12 flachen Talern drücken. BUTARIS Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Taler darin portionsweise unter Wenden von jeder Seite ca. 3 Minuten goldbraun braten. Kichererbsentaler mit dem Salat auf Tellern anrichten und mit Dressing beträufeln.

Zubereitungszeit: ca. 1 Stunde

Nährwerte: pro Portion ca.

Fett	40 g
Kohlenhydrate	43 g
Eiweiß	24 g
Brennwert	650 kcal / 2730 kJ

Tipp: Wer mag, serviert noch ein Quarkdipp mit Kräutern dazu!