

## REZEPT

# DÖNER-KROKODIL MIT FALAFEL

8 Stück

Zubereitungszeit: 30 Minuten



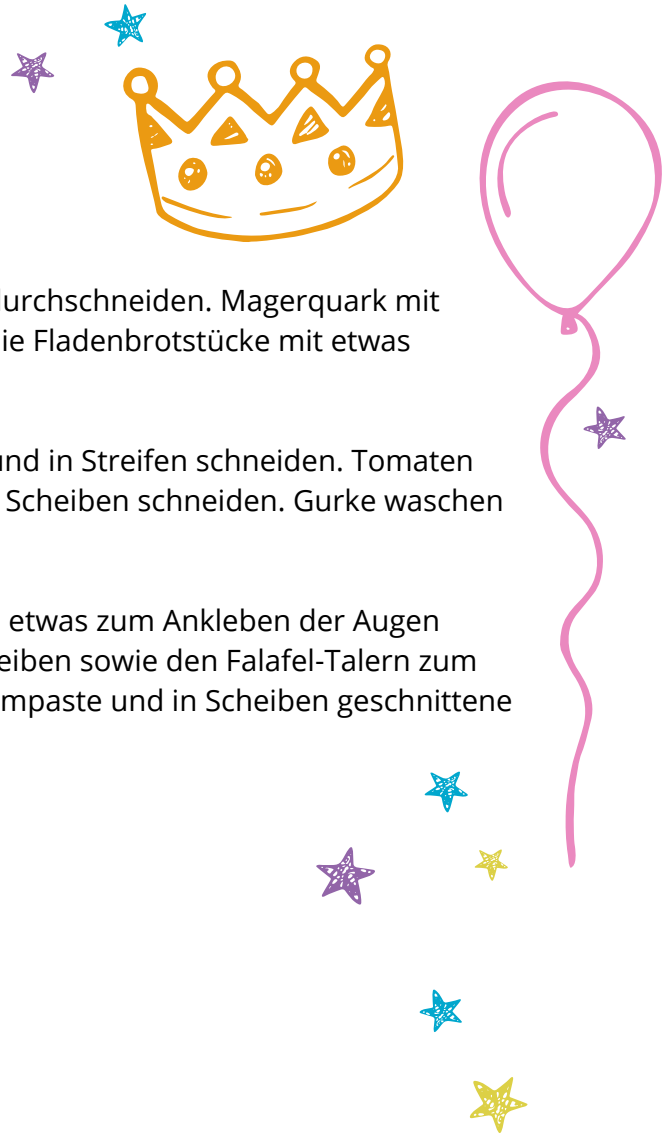
### Zutaten:

1	Dose (240 g) Kichererbsen	5EL	Paniermehl
100g	Erbsen (tiefgefroren)	2EL	Limettensaft
1	Zwiebel	1	Fladenbrot
1	Stängel glatte Petersilie	200g	Magerquark (0,3 % Fett)
1	Stängel Minze	3EL	Mineralwasser (mit Kohlensäure)
2TL	THOMY Reines Sonnenblumenöl	1EL	Sesampaste
1TL	MAGGI Würzmischung 4 - knackige Salate	1	Romanasalatherz
1	Messerspitze gemahlener Koriandersamen	2	Tomaten
1	Messerspitze gemahlener Kreuzkümmel	1	kleine Gurke
1	Ei	2	entsteinte, grüne Oliven (entsteint)



### So geht's:

1. Für die Falafel Kichererbsen in einem Sieb abspülen und abtropfen lassen. Erbsen antauen lassen. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Petersilie und Minze waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. In einer Pfanne 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Zwiebelwürfel darin anschwitzen.
2. Alle vorbereiteten Zutaten mit MAGGI Würzmischung 4, Koriandersamen, Kreuzkümmel, Ei, Paniermehl und Limettensaft in einer großen Schüssel mischen und mit Hilfe eines Pürierstabs oder einer Küchenmaschine mixen. Aus der Masse mit feuchten Händen 16 kleine Taler formen. In einer beschichteten Pfanne 1 TL THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen und die Falafel darin von beiden Seiten goldbraun braten.



3. Fladenbrot in 8 Stücke teilen, jedoch nicht ganz durchschneiden. Magerquark mit Mineralwasser und Sesampaste verrühren und die Fladenbrotstücke mit etwas Quark-Sesampaste bestreichen.
4. Romanasalatherz waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Tomaten waschen, Blütenansätze entfernen und in dünne Scheiben schneiden. Gurke waschen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden.

Die Fladenbrote mit Quark-Sesampaste bestreichen, etwas zum Ankleben der Augen zurückbehalten. Mit Salat, Tomaten- und Gurkenscheiben sowie den Falafel-Talern zum Döner-Krokodil füllen. Mit der restlichen Quark-Sesampaste und in Scheiben geschnittene Oliven bekommt das Krokodil „Augen“.