



## Zutaten für 4 Personen

---

400 g Kichererbsen (2 Dosen)

1 Bund Petersilie

1 Zehe Knoblauch

Cayennpfeffer

Cumin

Koriandersamen

Salz

Pfeffer

1 TL Backpulver

2 Auberginen

4 EL Granatapfelsirup

2 EL Honig

Öl

150 g Blattsalat

20 g Minze

1 Granatapfel

Zitrone

1 Becher Joghurt

2 EL Tahini

---

Zubereitungszeit: 45 Min.

**zora  
klipp**

VEGGIE



# Air Fry Falafel mit Aubergine, Salat und Tahini- Dressing

---

1. Kichererbsen abgießen. Grobe Stiele von der Hälfte der Petersilie entfernen und grob hacken. Knoblauch schälen.
2. In ein hohes Gefäß Kichererbsen, Petersilie und Knoblauch geben. Cayennpfeffer, Cumin, Koriandersamen, Salz und Backpulver zugeben und Masse fein pürieren. Falafelmasse im Kühlschrank ca. 20 Min. ruhen lassen.
3. Auberginen in Spalten schneiden. In einer Schüssel 4 EL Granatapfelsirup mit 1 TL Honig verrühren.
4. Mit feuchten Händen walnussgroße Falafelbällchen formen. Falafel in den Air Fryer Korb legen, mit etwas Öl beträufeln und bei 190 °C 15 Min. knusprig frittieren. Falafel nach 10 Min. wenden.
5. Auberginen Spalten ebenfalls in den Air Fryer Korb geben, mit etwas Öl beträufeln und bei 190 °C 15 Min. frittieren. Nach etwa 10 Min. mit Granatapfelsirup bestreichen.
6. Währenddessen Salat waschen. Von der Minze und restlicher Petersilie grobe Stiele entfernen und grob hacken. Granatapfel halbieren und Kerne in einem Wasserbad lösen. Zitrone pressen. Alles in einer Schüssel mit 1 EL Öl und etwas Zitronensaft vermengen.
7. In einer Schüssel Joghurt mit 2 EL Tahini, 1 TL Honig, 1 EL Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren und abschmecken.
8. Salat auf Tellern verteilen. Frittierte Falafel und Aubergine darauf setzen und mit Tahini-Dressing beträufelt servieren.

Tipp: Für eine vegane Version einfach Joghurt und Honig durch Sojajoghurt und Agavendicksaft austauschen.