

LA SPEZIA · MEIN SCHIFF 7

## Vegano — Vegane Küche

Rezepte für 2 Personen · Vollwertig, intensiv, kompromisslos lecker

---

# Knusprige Kichererbsen-Bratlinge mit getrüffelem Spinat und italienischer Petersiliensauce

*Frittella di ceci, spinacini tartufati, salsa verde*

Vegan — und doch voller Tiefe, Eleganz und Umami

16,50 €

## ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

|                                 |                       |
|---------------------------------|-----------------------|
| Kichererbsen (Dose, abgespült)  | <b>400 g</b>          |
| Tahini (Sesampaste)             | <b>2 EL</b>           |
| Knoblauch                       | <b>2 Zehen</b>        |
| Kreuzkümmel                     | <b>1 TL</b>           |
| Koriander, gemahlen             | <b>1 TL</b>           |
| Zitronenabrieb und -saft        | <b>1 Zitrone</b>      |
| Babyspinat                      | <b>200 g</b>          |
| Trüffelöl                       | <b>1 TL</b>           |
| Petersilie, frisch              | <b>1 Bund</b>         |
| Kapern                          | <b>1 EL</b>           |
| Sardellen (weglassen für vegan) | <b>2 Filets</b>       |
| Olivenöl                        | <b>5 EL</b>           |
| Knoblauch für Salsa             | <b>1 Zehe</b>         |
| Weißweinessig                   | <b>1 EL</b>           |
| Mehl oder Kichererbsenmehl      | <b>3 EL</b>           |
| Salz, Pfeffer                   | <b>nach Geschmack</b> |
| Rapsöl zum Braten               | <b>3 EL</b>           |

## ZUBEREITUNG

- 1** Kichererbsen-Bratlinge: Kichererbsen abtropfen, grob zerdrücken (nicht pürieren!). Mit Tahini, Knoblauch, Kreuzkümmel, Koriander, Zitronenabrieb, Salz und Mehl zu einer formbaren Masse mischen. 8 Bratlinge formen, 30 min. kühlen.
- 2** Getrüffelter Spinat: Knoblauch in Olivenöl anschwitzen, Babyspinat zugeben, zusammenfallen lassen. Würzen, am Ende Trüffelöl (nur wenige Tropfen!) unterrühren.
- 3** Salsa verde (grüne Sauce): Petersilie, Kapern, Knoblauch, Essig und Olivenöl im Mixer zu einer groben, leuchtend grünen Sauce pürieren. Mit Salz abschmecken. (Mit Sardellen: umami-tiefer; ohne: vegan-hell.)
- 4** Bratlinge in Rapsöl bei mittlerer Hitze je Seite 4 min. goldbraun braten. Getrüffelten Spinat auf dem Teller, 4 Bratlinge pro Person obenauf,

Salsa verde großzügig  
daneben.

♦ **TIPP VOM KÜCHENCHEF**

Das Trüffelöl mit extremer Zurückhaltung verwenden: 1 TL auf die Portion reicht vollkommen — mehr dominiert alles andere. Kichererbsen-Bratlinge (Falafels großer Bruder) müssen kalt gestellt werden damit sie beim Braten nicht auseinanderfallen. Salsa verde ist die italienische Antwort auf die argentinische Chimichurri — mit Kaperntiefe statt Oregano.