

Hummus mit Falafel und saisonalem Salat

Vor Ihnen steht der König der Küche des Nahen Ostens – Hummus, der im Arabischen Kichererbsen bedeutet, die Hauptzutat dieser dicken und sättigenden Paste.

ZUTATEN

- 1 Packung Falafel-Mischung Jasmeen
- 250 ml warmes Wasser
- Reisöl zum Frittieren
- 1 Packung Hummus Jasmeen
- 2-3 Esslöffel Tahini Jasmeen
- Saft von ½ Zitrone
- ½ Teelöffel libanesisches Sieben-Gewürze
- 1 Knoblauchzehe
- Salz nach Geschmack
- 1 Packung gemischter Salat
- ½ Bund Koriander
- ½ Fenchelknolle
- ⅓ Granatapfel
- ⅓ Tasse Olivenöl
- ⅓ Tasse Zitronensaft
- 1 Teelöffel Granatapfel-Melasse Jasmeen
- Salz nach Geschmack



Zubereitung:

Wir würzen den Hummus mit Tahini, Zitronensaft, libanesischen sieben Gewürzen und zerdrücktem Knoblauch. In der Zwischenzeit bereiten wir die Falafel gemäß den Anweisungen auf der Verpackung zu. Wir waschen den Salat, reißen ihn in kleinere Stücke und fügen zerissene Kräuter, geschnittenen Fenchel und Granatapfel hinzu. Wir mischen das Dressing: Olivenöl, Zitronensaft, Melasse und Salz. Auf einen Teller geben wir den Hummus, legen dann den Salat in die Mitte und fügen 3-4 Falafel hinzu. Guten Appetit!