



Orientaler mit Salsa in Pita-Taschen

Orientaler

Bulgur mit 150 ml Wasser verrühren, 5 Minuten köcheln und anschließend ausquellen lassen.

Kichererbsen unter fließendem Wasser abspülen und abtropfen lassen. Zusammen mit der Petersilie in einem Mixer zerkleinern. Nacheinander Bulgur, Eier und Semmelbrösel zugeben und alles gut vermengen. Mit den Gewürzen pikant abschmecken.

Aus der Masse kleine Bällchen formen und diese etwas flach drücken. Zum Formen die Hände evtl. mit etwas Wasser anfeuchten. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Taler für 3-4 Minuten, von jeder Seite, knusprig braten.

Salsa

Zwiebel, Knoblauchzehe sowie die entkernte Chilischote fein hacken. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und das Ganze andünsten. Das Tomatenmark dazu geben.

Paprika entkernen, fein zerkleinern und zu den Zutaten in die Pfanne geben. Cocktailtomaten ebenfalls fein zerkleinern. In die Pfanne geben und alles bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten einkochen lassen.

Die Salsa mit Zucker und den Gewürzen abschmecken. Nach der Kochzeit die fein gehackte Petersilie unterrühren.

Servieren

Pita-Taschen (oder Fladenbrot) mit den Orientalern und Salsa füllen. Nach Geschmack mit Joghurtsoße und Salatgurken servieren.



Zutaten für 2 Personen:

Orientaler

75	g	Bulgur
1	Dose	Kichererbsen
2	Stk	Eier
50	g	Semmelbrösel
½	Bund	Petersilie
2	TL	Kreuzkümmel
150	ml	Wasser
		Chili
		Salz
		Pfeffer

Salsa

250	g	Cocktailtomaten
1	Stk	Zwiebel
1	Stk	Knoblauchzehe
1	Stk	Chilischote
1	Stk	Paprika, rot
1	EL	Tomatenmark
1	Prise	Zucker
1	Schuss	Tabasco
½	Bund	Petersilie
		Salz
		Pfeffer

Außerdem

4	Stk	Pita-Taschen
---	-----	--------------