



ERBSENBÄLLCHEN AUF SÜSS-SAUREM CHINAKOHL

für 4 Personen

zubereiten: ca. 45 Minuten

Erbsenbällchen

180 g Gelberbsen geschält
1 Zwiebel, fein gehackt
25 g Gojibeeren, fein gehackt
2 Eigelbe
100 g Kokosraspeln
1 TL Kreuzkümmelpulver
Salz, Pfeffer
1 EL Ghee

Süss-saurer Chinakohl

300 g Chinakohl, in ca. 2 cm
breiten Streifen
2 Knoblauchzehen, gepresst
1 EL Ghee
1 dl Gemüsebouillon
3 EL Ketchup
2 EL Apfelessig
2 EL Sojasauce

100 g Jogurt nature oder
Crème fraîche
Wenig Petersilie oder
Koriander, zerpupft

- 1 Erbsenbällchen:** Gelberbsen in siedendem Wasser ca. 20 Min. weichkochen, abtropfen. Gelberbsen mit Zwiebel und Gojibeeren in einen Mixbecher geben, abkühlen, pürieren. Alle Zutaten bis und mit Pfeffer begeben, gut mischen. Kugeln formen.
- 2 Ghee** in einer beschichteten Bratpfanne erhitzen. Erbsenbällchen bei mittlerer Hitze portionenweise rundum je ca. 7 Min. goldbraun braten, warm stellen.
- 3 Süß-saurer Chinakohl:** Chinakohl und Knoblauch in derselben Pfanne im heissen Ghee ca. 3 Min. rührbraten. Bouillon, Ketchup, Essig und Sojasauce gut verrühren, mit dem Chinakohl mischen.
- 4 Fertigstellen:** Chinakohl mit den Erbsenbällchen anrichten, Jogurt oder Crème fraîche dazu servieren. Kräuter darüberstreuen.

Viele weitere gluschtige Rezepte gibt's unter:
www.mahlerundco.ch/rezepte

