



Falafel-Bagel mit Gemüse und Honig-Senf-Creme

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

Zutaten für die Falafeln:

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose Kichererbsen
- ½ Bund Petersilie
- 1 Prise Chili
- Salz
- 1 Ei
- 70 g Semmelbrösel
- 200 ml Öl

Zutaten für die Honig-Senf-Creme:

- 200 g Frischkäse
- 50 g Senf
- 20 g Honig
- 1 TL Kurkuma

Weitere Zutaten:

- **4 B:PURE Bagel**
- 4 Radieschen
- ½ Salatgurke
- 30 g Salatmischung
- 2 TL Sesam

ZUBEREITUNG:

1. In der Zwischenzeit die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Kichererbsen in einem Sieb gut abtropfen lassen. Nun alles in eine Schüssel geben. Mit einem Kartoffelstampfer fest zerdrücken, sodass eine festere Masse entsteht.
3. Das Ganze mit Petersilie, Chili und etwas Salz würzen. Das Ei hinzugeben und die Masse gut verkneten.
4. Mit feuchten Händen kleine Bällchen formen und andrücken. Anschließend in den Semmelbröseln wälzen.
5. Die B:PURE Bagel nach Packungsanweisung aufbacken.
6. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Bällchen rundum goldgelb braten.
7. Frischkäse mit Senf und Honig vermischen und nach und nach Kurkuma unterrühren.
8. Die Radieschen sowie die Gurke und den Salat waschen. Die Enden der Radieschen und Gurke entfernen, anschließend das Gemüse in feine Scheiben schneiden.
9. Bagel aufschneiden, mit der Honig-Senf-Creme bestreichen und abwechselnd mit Gurken, Radieschen und Salat belegen. Nun 2 bis 3 Falafeln darauf geben und mit Sesam bestreuen.

GUTEN APPETIT!