

KICHERERBSENPFFANKUCHEN MIT CHAMPIGNONS



Zutaten für 1 Pfannkuchen:

70g Kichererbsenmehl
100g Wasser
1/2 TL Salz
100g Champignons
2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
Zitronensaft
2TL Tandoori Masala
Salz, Pfeffer
100g Joghurt
1/2 Bund Koriander

Zubereitung:

Das Kichererbsenmehl mit Salz und Wasser verquirlen und für 10 Minuten quellen lassen.

Den fein gehackten Koriander mit dem Joghurt verrühren.

Nun die Champignons vierteln, die Zwiebeln in feine Streifen schneiden und den Knoblauch hacken. Alles in einer Pfanne mit Olivenöl anbraten, anschließend mit dem Tandoori Masala abschmecken und ca. für 1 Minute mit braten.

Die Pilze noch mit frisch gepresstem Zitronensaft beträufeln.

Den Pfannkuchen ausbacken und mit den Pilzen und dem Joghurt belegen.

Hinweis:

Tandoori Masala ist ein indisches Gewürz, darin sind traditionell Chili, Kreuzkümmel und Koriandersamen enthalten.

Nach persönlichem Geschmack werden diesen Gewürzen u.a. noch Ingwer, Kardamom, Knoblauch, Nelken und Zimt hinzugefügt.