

# FALAFEL MIT LINSEN UND BROKKOLI

---

## Zutaten - Für die Marinade

- 80g Linsen
- 500g Brokkoli
- 2 EL [Petersilie](#)
- 2 Eier
- 250g Paniermehl
- 1 EL [Salz](#)
- [Pfeffer](#)
- 4 EL Olivenöl
- 4 Fladenbrote
- 1/2 TL [Habanero](#)
- 4 EL Sesampaste (Tahini)
- 4 EL Joghurt
- 150g Cherrytomaten

Linsen nach Packungsanleitung kochen. Brokkoli in Stücke schneiden und ca. 6 Minuten in kochendem Wasser kochen, abgiessen, pürieren. Petersilie mit Brokkolipüree, Linsen, Eiern, ca. 220g Paniermehl, Salz, Pfeffer und Habañero mischen. Zu 8 kleinen Burgern formen und im restlichen Paniermehl wälzen. Bei mittlerer Hitze in einer Bratpfanne ca. 5 Min. pro Seite in Olivenöl braten. Im Fladenbrot mit Tahini, Joghurt und halbierten Cherrytomaten servieren.

*La Cucina*

