

Falafeldürüm glutenfrei von Sofie Keller

Mengen für 10 Personen

Tags: Glutenfrei

Gewürze: Pfeffer, Kreuzkümel, Salz, Chillipulver

* 15 g Petersilie, frische	
1.0 cl Olivenöl	
400 g Feta (griechischer Schafskäse)	
3.0 Stück Knoblauchzehen	
400 g Nature Joghurt	
1.0 g Paprika	Chilipulver besser geeignet
1.0 Prise Salz	
600 g Falafel	
100 g rote Zwiebel	
300 g Rotkabis	1 Kopf
1.0 Stück Gurken	
300 g Eisbergsalat	1 Kopf
2.0 Stück Pepperoni	
400 g Tomaten	
10 kg Gluten/Seitanfix	10 Stk Gluten frei

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g

1. Ofen vorheizen nach Packungsbeilage
2. Joghurtsaucen anrühren: Knoblauchsauce oder Kräutersauce und Chilisauce
3. Frisches Gemüse und Feta schnippeln
4. Falafel und Fladen im Ofen vorheizen
5. Mise en Place zum Anrichten vorbereiten
6. Assemble und en Guete -> in Folie zum Mitnehmen verpacken