**Rote Linsen Falafel**

**Zutaten:**

– 120g rote Linsen  
– 120ml Gemüsebrühe  
– 1 EL Olivenöl  
– 1 Zwiebel  
– 1 Knoblauchzehe  
– 1 daumengroßes Stück Ingwer  
– ½ TL Kurkuma  
– ½ TL Kreuzkümmel  
– ½ TL Currypulver  
– 1 kleines Bund frischen Koriander  
– 1 kleines Bund frische Minze  
– 1 kleines Bund frische Petersilie  
– 2 EL frischen Zitronensaft  
– ½ TL Salz  
– ¼ TL Pfeffer  
– 1 TL Chili-Flocken (optional)  
– 120g Reismehl oder Buchweizenmehl,  
 oder anderes Mehl eurer Wahl

**Zubereitung:**

Die Zwiebel in feine Würfelschneiden und anschwitzen. Dasselbe auch mit dem Ingwer und dem Knoblauch. Anschließend die Gewürze dazu geben und auch kurz mit anschwitzen. Nun die Gemüsebrühe und die Linsen dazu geben und Kochen bis es fertig ist.

Nun die Masse etwas abkühlen lassen und klein stampfen. Danach nach und nach das Mehl dazu geben. Nun die Masse mit einem Eisaustecher in Form bringen und frittieren.

Jetzt einfrieren und fertig ist der Kack.