



## Bratlinge mit schwarzen Bohnen + Süßkartoffeln

### Zutaten (für 4 Personen):

250g schwarze Bohnen\* + 2 große Süßkartoffeln  
1 Chilischote gehackt (ersatzweise: Chili gemahlen\*)  
½ Zwiebel, 1 Knoblauchzehe  
1 Karotte  
2 EL Kichererbsenmehl\* (ersatzweise: Dinkelmehl oder Semmelbrösel)  
Salz\*, Pfeffer\*, gemahlene Kümmel\*, ggf. geriebenen Ingwer  
½ Bund Koriandergrün  
etwas Limetten- oder Zitronensaft  
Pflanzenöl

### Zubereitung:

Die Bohnen über Nacht in Wasser einweichen und am nächsten Tag zusammen mit den Süßkartoffeln weichkochen. Beides in einer großen Schüssel grob zerstampfen. Zwiebel, Knoblauch, Chilischote und Karotte fein hacken und in etwas Pflanzenöl weichdünsten und zu dem Bohnen- und Süßkartoffelstampf geben. Koriandergrün und Limettensaft hinzugeben. Je nach Beschaffenheit mit Mehl oder Semmelbrösel binden. Mit Salz, Pfeffer und Kümmel abschmecken.

Die Bratlingmasse für ca. 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

Danach aus der Masse Bratlinge formen und in Pflanzenöl braten.

**Zutaten mit Sternchen\* erhalten Sie im fair.**