

Low Carb Cigköfte

Zubereitung:

1. Gebe die gemahlene Mandeln in eine Schüssel und menge das Wasser hinzu. Stelle die Schüssel zur Seite und bereite anschließend die anderen Zutaten vor.
2. Gebe die Tomate, Paprika, Zwiebel und Petersilie in einen Mixer und mixe alles schön durch. Die Masse sollte nicht komplett püriert sein, sondern noch kleine Stückchen haben.
3. Gebe dann alle Zutaten zu den Mandeln hinzu und vermische die Masse mit einem Handmixer gründlich.
4. Ich empfehle Dir, dem Ganzen noch etwas Ruhe zu gönnen und alles für 1-2 Stunden durchziehen zu lassen.

Zutaten:

- 500g gemahlene Mandeln
- 400ml heißes Wasser
- 1 große Zwiebel
- 1 Paprika
- 1 mittelgroße Tomate
- 50g Walnüsse gemahlen
- 250g Tomatenmark
- 70ml Olivenöl
- 2 EL Currypulver
- 3 EL Paprikapulver süß
- 0,5 EL gemahlener Pfeffer weiß
- 2 TL Salz
- Frische Petersilie nach Geschmack
- Saft einer halben Zitrone

