Grüne Bananenbällchen
Hari Kele ke Balls

Indische Grüne Bananenbällchen, auch bekannt als Hari Kele ke Balls oder Kachhe Kele ke Kebab, haben einen einzigartigen Geschmack und eine interessante Textur. Sie werden aus rohen Bananen (grünen Kochbananen) hergestellt und sind oft vegan und glutenfrei.

Diese Bällchen haben einen milden, leicht süßlichen Geschmack, der durch die Gewürze wie Koriander und Chili ergänzt wird. Die Kombination aus den Gewürzen und der natürlichen Süße der Bananen ergibt einen ausgewogenen und aromatischen Geschmack.

Die Bällchen sind außen knusprig und innen weich. Die rohe Banane verleiht ihnen eine cremige Konsistenz, die durch das Braten oder Backen eine angenehme Knusprigkeit erhält.

Oft werden die Bällchen mit einem würzigen Koriander-Chutney oder einer Joghurtsoße serviert, was den Geschmack noch weiter verstärkt.

Herkunft: Indien
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Kochbanane(n)
1 Chilischote(n) grün
1 Zwiebel(n)
1 Zweig(e) Koriander
1 EL Weizenmehl
½ TL Salz
Zum Braten
6 EL Öl

Vorbereitung

Die Chilischote waschen und fein hacken (Hände waschen nicht vergessen!). Die Zwiebel schälen und fein hacken.

Zubereitung

Die Banane weich kochen, schälen und kalt werden lassen. Die Banane zerdrücken. Mit den übrigen Zutaten mischen. 8 kleine Bällchen formen und flachdrücken. In dem Öl goldgelb und knusprig braten. Einmal wenden.

© 2025 coquina.de