



Vegane Rote Beete Tortillas mit Kürbis Falafel



Zubereitungszeit:

30 Min.

Zutaten:

für 4 Portionen: Zutaten:

- 4 [Beetgold Tortillas Rote Beete](#)
- Salat
- Rotkraut
- Avocado

Hirse-Kürbis-Bällchen:

- 75 g Hirse (etwa 150 g in gekochtem Zustand)
- 1 rote Zwiebel (fein gehackt)
- 1/2 TL Currypulver
- etwas Salz
- 300 g Hokkaido-Kürbis
- 30 g Sesam

Joghurt-Knoblauch-Soße:



- 150 g Mandeljoghurt
- 2 Knoblauchzehen
- frische Kräuter
- Salz
- etwas Zitronensaft

Zubereitung:

Für die Hirse-Kürbis-Bällchen, die Hirse in 225 ml Wasser mit einer Prise Salz etwa 20 Minuten köcheln lassen, bis das Wasser komplett versiegt ist. Abkühlen lassen. Den Kürbis im Backofen bei 200 Grad etwa 30 Minuten weich garen und anschließend pürieren. Mit den restlichen Zutaten zu einem Teig verkneten und in Bällchen formen. In einer Pfanne ausbacken.

Für die Joghurt-Knoblauch-Soße, die Knoblauchzehen und die Kräuter hacken und mit den restlichen Zutaten unter den Joghurt rühren und abschmecken.

Für die Füllung Rotkraut in Streifen schneiden, Avocado würfeln und Salat waschen und abtropfen lassen.

Die Tortillas von beiden Seiten kurz in einer Pfanne erhitzen, mit Soße bestreichen und allen Zutaten füllen.