



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL (LÜBNAN)

500 gram nohut
1 adet kıyılmış soğan
5 diş kıyılmış sarımsak
1 çorba kaşığı dolmalık fıstık
3 çorba kaşığı kıyılmış ceviz
1 çorba kaşığı susam, çörekotu, yenibahar, kimyon, hazır sebze çeşni, toz tarçın, toz zencefil ve kabartma tozu
Yarım demet kıyılmış dereotu
1 demet kıyılmış taze kişniş
Tuz
Kızartmak için:
Sıvıyağ

Nohudu bir gece önceden ıslatın. Suyunu süzüp, kabuklarını temizleyin. Blendere alıp, üzerine kalan tüm malzemeyi ekleyin. Blenderden geçirip, parçalar koparın. Elinizle şekil verip, kızgın sıvıyağda kızartın. Sıcak olarak servis yapın

