



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://BanuAtabay.com)

FALAFEL

Ali Akdemir

- 1 su bardağı haşlanmış nohut
- 1 tatlı kaşığı kabartma tozu
- ½ soğan
- 4-6 yemek kaşığı un
- 2 yemek kaşığı maydanoz
- 2 yemek kaşığı taze kişniş
- Sıvı yağ (Kızartmak için)

Nohudu ve soğanları mutfak robotuna koyun. Maydanoz, kişniş, tuz, biber, sarımsak ve kimyonu ekleyin. Püre haline gelmeden ezilmelerini sağlayın. Kabartma tozunu ve dört yemek kaşığı unu ekleyip robotu çalıştırın. Elinize yapışmayan bir kıvama gelene kadar un veya bulgur ekleyin. Karışımı bir kaba alın, üzerini kapatıp buzdolabında birkaç saat bekletin. Beklettikten sonra köfte harcından küçük parçalar koparıp yuvarlayın. Kızgın yağda altı tanesini kızartıp bir kağıt havlunun üzerine alın. Kalanı da aynı şekilde pişirin. Pide ekmeklerinin arasına köfteleri koyun, üzerilerine domates, soğan, biber ve biraz humus ekleyip servis yapın.

