



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL

400 gr nohut
soğan
maydanoz
sarımsak
2 çay kaşığı kimyon tohumu
1 çay kaşığı kişniş tozu
tuz
biber
kızartma için yağ

Nohutu suya ıslatın, 24 saat suda ıslı tutun. Bir mikserde; nohut, soğan, maydanoz, soyulmuş sarımsak, kimyon tohumu, kişniş, tuz ve biberi koyup, 20 saniye çırpıp, homojen bir karışım elde edin. Bu karışımdan küçük top köfteler yapın, buzdolabında 1 saat soğutun, süre sonunda kaynar suda 5 dakika haşlayın. Servis yapın.

Not: Eğer köfteler cıvık olduysa, haşlamadan önce, biraz una bulanabilir.

[ML® Mamuniyye için tıklayın](#)
