



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL (FİLİSTİN)

500 gr nohut (haşlanmış)
1/2 su bardağı su
1 yumurta (hafifçe çırpılmış)
1 tatlı kaşığı tuz
1 çay kaşığı karabiber
2 çorba kaşığı kıyılmış taze kişniş yaprağı (istenirse)
1 kahve kaşığı kimyon
1 kahve kaşığı pul kırmızı biber
1 diş sarımsak (dövülmüş)
1 çorba kaşığı tahin yada zeytinyağı
60 gr (1 su bardağı) taze ekmek içi (ufalanmış)
60 gr (1/2 su bardağı) un
400 gr (2 su bardağı) rafine yağ

Haşlanmış nohutları bir kabın içinde iyice ezdikten sonra suyu, yumurtayı, tuzu, biberi, kişniş yaprağını (istenirse), kimyonu, pul kırmızı biberi, sarımsağı, tahin yada zeytinyağını ve ekmek içini ekleyiniz. Ellerinizle yumuşak ama sıkı bir karışım haline getiriniz.

Karışımı 2,5 cm çapında yuvarlaklar haline getirip unlayınız.

Büyük bir tencerede rafine yağı 50 saniye, içine atılan küçük bir ekmek parçası kahverengileşene kadar ısıtınız. Yuvarlakları, her seferinde 6-7 tane olmak üzere tavaya atıp, yağda 2-3 dakika, açık kahverengi bir renk alana kadar kızartınız.

Tavadan çıkardığınız nohut toplarının yağını bir kağıt peçete üstünde süzdürerek ötekileri kızartınız. Bütün falafeller kızarıp yağları süzdürülünce, sıcak sıcak servis ediniz.

