



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

## FALAFEL NEDİR

Ortadoğu'daki pek çok toprakta bir sokak yemeği olan falafel sınırların dışında sofraları, lokantaları süsleyen bir lezzet haline gelmiştir. Kültürlerine göre bu lezzete aşina olan insanların gözünde falafelin Türkiye'deki sokak pilavcılarından farklı bir özelliği yoktur. Bilindik, doyurucu ve lezzetli bir üründür.

İlk olarak Mısır'da ortaya çıktığı düşünülen bu yiyeceğin yapımında, o topraklarda bakla vardır. Fakat Ortadoğu'nun başka bölgelerine gidildiğinde ise Irak, Filistin gibi yerlerde nohut ana malzemedir. Benzer kültürler arasında da farklılığa sahip olan bu tarifin en ilgi çeken kısmı içinde hiç et ürünü olmamasıdır. Bu nedenle vejetaryen kişilerin sıklıkla tercih ettiği bir lezzettir.

Baharat kullanımı falafelin kültürel çizgisini yansıtan bir detaydır. Kültürden kültüre değişen şeylerden birisi de baharattır. Bu nedenle geniş bir bölgede bulunan ancak farklı kültürler tarafından tüketilen bu yiyeceğin farklı nohut ve baklanın yanı sıra baharatlardan da geçer.

Sokak yemekleri her kültürde farklıdır. Türkiye'de pilav, kestane, mısır sokakta satılan, meydanlarda rastlanan lezzetlerdir. Amerika'da soslu gibi ürünlere denk gelmek mümkündür. Ortadoğu'daki pek çok ülkede ise falafel sokak lezzeti olarak insanların karşısına çıkar. Ama falafel tarifi sayesinde bu lezzeti sokaktan eve taşımak mümkündür.

Falafel bir tür köfteye benzer. İçinde kıyma yoktur. Ancak kızgın yağda kızartılan top biçimi onu köfteye yakın hale getirir. Kimi kültürler için ağır kaçacak bir tadı olan falafel kuru ve bol baharatlı bir nohut köftesi olarak tanımlanır.

Çoğunlukla nohuttan yapılsa da bölgeye göre baklanın da malzeme olarak kullanıldığı falafel yabancı olan kültürlerde daha çok bir atıştırmalık olarak tüketilir. Çünkü bu yiyeceğin barındırdığı tatları kolaylıkla sindirecek kişiler o kültüre ait olanlardır. Geri kalan kesim ise bu lezzetli tattan zevk alır fakat aşırı tüketiminin onların midesini rahatsız etme ihtimali vardır.

Somon ekmeğinin içinde ikramı meşhur olan bu nohutlu köftenin yanında çoğunlukla turşu ve acı soslar yenir. Falafelin kendisine has bir kültürü olduğu içeriğinin yanı sıra ona eşlik eden öteki yiyeceklerden de anlaşılır.

