



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL (LÜBNAN)

<https://www.cumhuriyet.com.tr>

2 su bardağı nohut
1 adet soğan
2 diş sarımsak
1 adet yumurta
1 su bardağı un
1 çay kaşığı karbonat
Yarım demet maydanoz
1 tatlı kaşığı toz kişniş
1 tatlı kaşığı karabiber
1 çay kaşığı tuz
Sosu için:
4 yemek kaşığı süzme yoğurt
2 yemek kaşığı tahin
1 yemek kaşığı limon suyu
Yarım çay kaşığı tuz
Kızartmak için:
Sıvı yağ

Öncelikle nohutu akşamdan ıslatıp, haşlayın. Rondo'ya haşlanmış nohut, soğan, sarımsak ve maydanozu ekleyip, tüm malzemeleri geçirin. Nohutlu karışımı geniş bir kaseye alın. Un, yumurta, karabiber, toz kişniş ve tuzu ilave edip bir kaşık yardımıyla karıştırın. Ardından harcın üzerini streç filme kapatıp, 1 saat kadar buzdolabında dinlendirin. Harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartıp yuvarların. Tüm hamur bitene kadar aynı şekilde parçalar kopartıp yuvarlayalım. Falafelin sosu için; süzme yoğurda, tahin, limon suyu ve tuzu ekleyin, karıştırın. Falafelleri kızartmak için sıvı yağı derin bir tavada kızdırın. Falafellerin dışı iyice kızardıktan sonra kevgir yardımıyla köftelerimizi havlu kağıdı serili bir tabağa alın. Sosuyla birlikte servis edin.

