



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL

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

1,5 su bardağı haşlanmış nohut
1 adet kuru soğan
2 diş sarımsak
5 dal maydanoz
5 dal taze nane
5 dal dereotu
1 dal taze soğan
3 yemek kaşığı un
1 çay kaşığı kimyon
1 çay kaşığı toz kişniş
1 çay kaşığı kırmızı toz biber
Tuz
Karabiber
Tahinli Yoğurt Sos için:
2 yemek kaşığı süzme yoğurt
2 yemek kaşığı tahin
1 diş sarımsak
Yarım limonun suyu
Tuz

Sosu için, yarım limonun suyu, yoğurt, tahin, zeytinyağı, tuz ve karabiberi kabımızda karıştırıyoruz. Sosu sıkma torbasına alıyoruz.

Falafel tarifi hem pratik hem lezzetli. Orta Doğu'dan mutfağımıza giren falafeli yaparak ailenizi veya misafirlerinizi mutlu edebilirsiniz. Falafel için öncelikle nohut, 2 diş sarımsak, yarım kuru soğanı blenderda çekip püre haline getiriyoruz. Harca un ve ince ince doğradığımız taze soğan, dereotu, nane, maydanozu ilave ediyoruz. Kırmızı toz biber, kimyon, kişniş, tuz ve karabiberi ekleyip yoğuruyoruz. Yağladığımız yağlı kâğıtların arasına falafeli yerleştirip merdaneyle açıyoruz. Şekil verdiğimiz falafeli kızgın yağda kızartıyoruz. Fazla yağın peçete yardımıyla alıyoruz.



