



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FELAFEL

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

2 su bardağı nohut
1 adet kuru soğan
2-3 yemek kaşığı un
2 diş sarımsak
Yarım demet maydanoz
Bir tutam taze kişniş
1 yemek kaşığı pul biber
1 tatlı kaşığı karabiber
1 tatlı kaşığı kimyon

Tuz

Sosu için:

1 su bardağı süzme yoğurt

Yarım limonun suyu

1 yemek kaşığı tahin

Kızartmak için:

2 su bardağı ayçiçek yağı

Öncelikle nohudu akşamdan karbonatlı suda ıslatın. Dişe gelecek kıvamdaki nohut, iri iri doğradığınız soğan, sarımsak, maydanoz, tuz ve baharatları mutfak robotuna alıp çekin. Karışımı geniş bir kaseye alıp unu ekleyin ve yoğurun. Harçtan cevizden büyük, küçük parçalar alıp bastırıp sıkıştırarak köfte şeklinde yuvarlayın. Sıvı yağ derin bir tavada kızdırın. Köfteleri içine atıp altın rengi oluncaya kadar kızartın. Köfteleri havlu kağıt üzerine alın. Yağını çektikten sonra servis tabağına alın. Sosu için; bir kasede tahin, limon suyu ve yoğurdu güzelce çirpın. Sosunuz hazır olunca falafellerin üzerine gezdirebilir ya da yanında sos olarak servis edebilirsiniz.

