



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

## FALAEFEL

1 su bardağı nohut  
1 adet kuru soğan  
2 diş sarımsak  
3 yemek kaşığı un  
1 adet yumurta  
Yarım demet maydanoz  
1 tatlı kaşığı kişniş  
1 tatlı kaşığı pul biber  
1 tatlı kaşığı karabiber  
1 tatlı kaşığı kimyon  
1 tatlı kaşığı tuz  
Sosu için:  
1 su bardağı süzme yoğurt  
Yarım limonun suyu  
2 yemek kaşığı tahin  
1 diş sarımsak  
Tuz  
Kızartmak için:  
Sıvı yağ

Öncelikle haşlanmış nohutu rondoya alın. Soğan, sarımsak ve maydanozu ekleyip, rondodan geçirin. Nohutlu karışımı geniş bir kaseye aktarın. İçine un, yumurta, karabiber, toz kişniş ve tuzu ilave edip bir kaşık yardımıyla güzelce karıştırın. Ağzını kapatıp 1 saat kadar buzdolabında dinlendirin. Sonra harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartıp yuvarlayın. Hamur bitene kadar aynı işlemi uygulayın. Falafelin sosu için; süzme yoğurda, tahin, limon suyu, sarımsak ve tuzu ekleyin. Tüm malzemeleri homojen bir kıvama gelinceye kadar karıştırın. Kızartmak için derin bir tavaya sıvı yağı alıp kızdırın. Dışı çıtır çıtır kızarıncaya kevgir yardımıyla köfteleri havlu kağıt serili bir tabağa alın. Yağını çekince servis tabağına alıp, sosunu üzerine veya yanına ekleyebilirsiniz.

