



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

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

---

## FALAFEL

İlkay Öztürk

- 1 Su Bardağı Nohut
- 1 Adet Soğan
- 1 Diş Sarımsak
- 1 Çay Kaşığı Toz Kişniş
- 2-3 Dal Maydanoz
- 1 Çay Kaşığı Kimyon
- 1 Çay Kaşığı Kırmızı Biber
- 2 Çay Kaşığı Kabartma Tozu
- 2 Çay Kaşığı Tuz
- 1 Çay Bardağı Galeta Unu
- 1 Adet Yumurta
- İsteğe Bağlı Ayçiçek Yağı (kızartmak için)

Akşamdan ıslattığımız nohutları bol suda haşlayıp süzdükten sonra robottan geçirerek püre haline getirelim. Sarımsak, soğan ve maydanozları incecik kıyalım. Yumurta ve galeta unu hariç bütün malzemeleri ve püre halindeki nohudu derin bir kaptaki iyice karıştıralım. Elde ettiğimiz hamurdan köfte büyüklüğünde parçalar kopartıp elimizle yuvarladıktan sonra, önce çırpılmış yumurtaya, ardından galeta ununa batıralım. Kızgın sıvıyağda önlü arkalı kızarttıktan sonra havlu kâğıt üzerinde bir süre bekletip fazla yağını süzdürelim. Servis tabağına alıp sıcak sıcak servis yapalım.