



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFEL

1 yemek kaşığı margarin
4 su bardağı ince bulgur
1 adet kuru soğan
1 tatlı kaşığı karabiber
4 diş sarımsak
1 tatlı kaşığı kimyon
1 su bardağı sıvı yağ
1 tatlı kaşığı tuz
1 tatlı kaşığı kabartma tozu
1 su bardağı haşlanmış nohut
1 tatlı kaşığı pul biber
8 dal maydanoz

İnce bulguru bir miktar su ile ıslatın, soğanı rendeleyin, sarımsakları ezin.nohutları robottan geçirin. Tüm malzemeleri yoğurun hamurdan ceviz büyüklüğünde parçalar kopartın iyice yuvarlayın. Hazırladığınız topları kızgın yağda kızartın.