



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FALAFELLİ SALATA

1 su bardağı nohut – 1 gece su da bekletilmiş
1 adet orta boy soğan
1-2 diş sarımsak
1 demet maydanoz
4-5 dal kişniş
1 yemek kaşığı pulbiber
1 tatlı kaşığı kimyon
1 tatlı kaşığı karabiber
Tuz
2-3 kaşık un (aldığı kadar)
Salata için:
100 gr. Akdeniz Yeşilliği
7-8 ad cherry domates
½ bağ kuzukulağı
2 ad küçük turp
¼ göbek marul
Zeytinyağı
Tuz
Karabiber
Sos için:
1 su bardağı süzme yoğurt
1 çorba kaşığı tahin
½ adet limon suyu

Soğan ve sarımsağı kabaca doğrayın. Maydanoz ve kişnişlerin yaprak kısımlarını ayırın. Ardından un hariç tüm malzemeyi rondoya atın ve biraz pütürlü kalacak şekilde geçirin. Tamamen püre olmamasına dikkat edin. Bu karışıma 2-3 kaşık un ekleyin ve yoğurun. Elde ettiğiniz karışımdan ceviz büyüklüğünde toplar yapın. Bir tavaya bolca yağ ekleyin ve kızdırın. Derin yağda köftelerinizi kızartın.

Tuz ve zeytinyağını geniş bir salata kabında çırpın. Ardından tüm malzemeyi karıştırma kabınıza alın ve zeytinyağı ile harmanlayın. Salatayı servis kâsesine alın ve üzerine falafel toplarını yerleştirerek servis edin. Tahin yoğurt ve limon suyunu iyice çırpın. İsteğinize göre Falafellerin üzerine gezdirip veya yanında dipsos olarak servis yapın.



