



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SİYEZ BULGURLU FALAFEL

1 Paket Bizim Mutfak Siyez Buğdayı Çorba Karışımı
Yarım su bardağı nohut
1 adet orta boy soğan
2 diş sarımsak
1 demet maydanoz
4-5 dal kişniş
Pul biber
Kimyon
Karabiber
Tuz
2-3 kaşık un

Siyez Buğdayı çorba karışımının üzerini 2 parmak geçecek kadar su ekleyerek haşlanır. Soğan ve sarımsaklar doğranır.
Maydanoz ve kişnişlerin yaprakları ayrılır. Ardından un hariç tüm malzemeleri rondoya alınır ve pütürlü kalacak şekilde rondodan geçirilir.
Bu karışıma un eklenerek yoğrulur. Ceviz büyüklüğünde toplar yapılır.
Bir tavaya yağ eklenir ve kızdırılır. Derin yağ içerisinde köfteler kızartılır.
Tabağın altına yeşillik, üzerine falafel konulur. Yoğurtlu ve tahinli sos ile servis edilir.

