

Falafel



Kuchnia: arabska

Czas przygotowania: 30 do 45min.

Danie dla: 4 osób

Stopień trudności: 6/10/10

Składniki:

- ciecierzycza bądź groch - 200 g
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 2-3 ząbki
- kolendra - natka
- kmin - 1-2 łyżeczki
- sól
- tahina - łyżka
- chili - odrobina

Opis przygotowania:

Groch opłukać, zalać zimną wodą i zostawić na noc. Zmelić w maszynce do mięsa. Dodać wyciśnięty czosnek, drobniutko posiekaną cebulę i kolendrę oraz wszystkie przyprawy. Masę wyrobić i uformować kulki wielkości orzecha włoskiego. Smażyć na głębokim tłuszczu. Olej powinien być blisko wrzenia. Falafel podajemy z sosem jogurtowym lub czosnkowym. Kulki mięsne należą do najprostszyc i najszybszych w przygotowaniu arabskich

Zapraszamy na www.taniegotowanie.com!