Falafel

wegeweda

Polecane na: **danie główne, przystawki i przekąski**

Warto wiedzieć:

25 min | łatwy | 20 porcji

Składniki:

- suche ziarna ciecierzycy - 1 i 1/2 szklanka
- cebula - 1 szt.
- czosnek - 3 ząbek
- posiekana natka pietruszki - 1 garść
- posiekana kolendra - 1 garść
- kolendra mielona - 1 łyżeczka
- kmin rzymski - 1 łyżeczka
- chili - 1/2 łyżeczka
- kardamon mielony - 1/2 łyżeczka
- sól himalajska - 1 łyżeczka
- soda oczyszczona - 1/2 łyżeczka
- tahini - 1 łyżka
- sok z cytryny - 1 łyżka
- olej do smażenia - trochę

Sposób przygotowania:

KROK 1: Ciecierzycę przepłucz pod bieżącą wodą, przesyp do miski i zalej zimną, przegotowaną wodą. Zostaw na całą noc do namoczenia.

KROK 2: Rano odlej wodę z ciecierzycy i dodaj do niej posiekane cebulę i czosnek, wszystkie przyprawy, tahini i sok z cytryny. Zmiksuj wszystko blenderem. Jeżeli masz słabszy ręczny blender, musisz uzbroić się w cierpliwość i co chwila pozwolić swojemu sprzętowi na chwilę odpoczynku. Inaczej się spali i będzie po blenderze

KROK 3: Do zmiksowanej masy dodaj sodę, posiekaną pietruszkę i kolendrę. Wymieszaj.

KROK 4: Do garnka lub głębszej patelni wlej olej i rozgrzej do wysokiej temperatury. Formuj niewielkie kotleciki lub kulki i smaż w głębokim tłuszczu około 2 minut z każdej strony.

KROK 5: Usmażone falafele układaj na talerzu wyłożonym papierowym ręcznikiem. Podawaj ze świeżymi warzywami, w placku typu tortilla lub pita, z hummusem lub sosem czosnkowym.