inköpslistan.se

Av: Iréne

20 st

Grönsaker, Smårätter, Vegetariska

BUFFÉ MEZE/ FALAFEL/*

Ingredienser

1 burk kikärtor
1 st lök, gul
1 klyfta vitlök
1 tsk spiskummin
$^{1}/_{2}$ tsk salt
$^{1}/_{2}$ dl bladpersilja
2 krm sambal oelek
2 msk maizena
3 msk smör- & rapsolja

Gör så här

Skölj kikärterna och låt dem rinna av. Skala och hacka löken.
Mixa kikärter, lök, vitlök, spiskummin, salt, persilja, sambal oelek, maizena och 1 msk smör-&rapsolja.
Forma smeten till små ovala, platta bullar.
Stek dem på medelvärme i smör-&rapsolja i en stekpanna ca 2 min på varje sida.