

inköpslistan.se

Av: Hanna

4 port

Övrigt, Huvudrätt, Budget, Vegetariska

FALAFEL

Ingredienser

2 burkar kikärtor
4 st ägg
1 st lök, gul
1/2 dl vetemjöl
150 g persilja
1 msk spiskummin
1,5 tsk salt
1 tsk svartpeppar
1/2 msk koriander
5 klyftor vitlök
4 msk sesamfrön

Gör så här

1. Mixa kikärterna i matberedare till ett grovt mos. Rör ner ägg, hackad lök och så pass mycket mjöl att det blir en köttbullsliknande smet. Beräkna 1/2-1 dl mjöl, det kan dock behövas mer. Låt gärna smeten stå en stund, då tjocknar den. Smaka av med kryddorna.

2. Forma små bullar. Rulla dem i sesamfrön och stek dem gyllenbruna i lika delar smör och olja.