



Falafel met notendip



Bereidingstijd

30 min tot 1u



Moeilijkheidsgraad

Gemiddeld



Ingrediënten

1/2 ui (fijngesneden)
1 teentje knoflook (geperst)
200 gram kikkererwten
1 ei
1 theelepel komijnpoeder
peterselie
peper en zout
frituurolie
2 eetlepels gemengde notenpasta (bio today)
4 eetlepels yoghurt
1/2 citroen (sap)

Bereidingswijze

- 1.** Fruit de ui en knoflook glazig in een beetje olie.
- 2.** Giet de kikkererwten af en dep ze droog met keukenpapier. Meng ze samen met het ei, de ui en de knoflook in de keukenmachine.
- 3.** Voeg het komijnpoeder, de peterselie, peper en zout toe. Meng tot een homogeen mengsel. Rol tot balletjes, druk ze plat en laat dan even opstijven in de koelkast. Bak of frituur ze dan goudbruin.
- 4.** Voor het dipsausje meng je de notenpasta met de yoghurt en het citroensap. Serveer bij de falafel.