

Falafel



težina: **lako**

za: **4** osoba

vreme pripreme: **60** min

Sastojci

Potrebno je:

- **200 g** leblebija
- **3** **cen**abelog luka
- **1** cili paprika
- peršun
- mleveni kim
- so, biber
- **1 -2 kašike** speltinog brašna
- **1/3 kašice** soda bikarbone

Priprema

Leblebije oprati dobro i potopiti u vodu minuta 12 sati. Narednog dana baciti vodu i naliti sa novom količinom vode. Kuvati oko sat vremena dok se leblebije ne skuvaju, procediti ih ali ostavite jednu malu šoljicu vode možda će vam zatrebati. Ostaviti da se leblebije ohlade. Ubaciti ih u blender i dodati ostale sastojke. Dobićete jako gustu smesu, ukoliko je previše lepljiva dodajte malo tecnosti, kada izvadite iz blendera u ciniju rukama umesite brašno.

Pravite male kuglice velicine jednog zalogaja i pržite u dubokom ulju ili napravite kao faširte pa ih pržite na vrlo malo ulja u teflonskom tiganju.

Savet

Služite uz puno sveže salate, jogurt i sok od limuna i obavezno uz namaz od humusa. Jako, jako zdravo i ukusno

predjelo, glavno jelo ili užina...