

Tradiční falafel se salátem tabouleh

Kategorie: Luštěniny

Hodnocení: nezadáno

Počet porcí:

Náročnost:

Autor:

Suroviny

Postup

1. Cizrnu, cibuli, česnek a kudrunku semeleme v mlýnku nebo v kuchyňském kutru najemno, osolíme, opepříme a přidáme římský kmín, vše důkladně promícháme a v lednici necháme těsto ztuhnout. Z těsta tvarujeme placičky nebo kuličky, které smažíme dozlatova.
2. Jogurt smícháme s drceným nebo jemně sekaným česnekem, sekanou kudrnkou, osolíme a zamícháme.
3. Falafel podáváme společně s jogurtovým dipem, podle chuti doplněným o lžičku harisy, jako přílohu můžete zvolit náš salát tabouleh nebo jiný jakýkoliv zeleninový salát.

1. Rajčata nakrájíme na malé kostičky, cibuli nadrobno a kudrunku nasekáme najemno a vše smícháme.
2. Do směsi zeleniny přidáme sušený kuskus, citrónovou šťávu, olivový olej, sůl, pepř a důkladně promícháme. V lednici necháme asi 1 hodinu odležet, kuskus krásně nabobtná, před podáváním ještě promícháme, případně dochutíme.

