

# Beyrut Tahinli Falafel Pita Kasesi

Toplam 53 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 18 dk

4 kişilik

Orta

~460 kcal

Açlık bar 6/10

Orta Doğu falafel pita kasesi, nohut köftelerini tahin sos, salata ve kızartma pita parçalarıyla birlikte proteinli bir öğüne taşıyor.

## Malzemeler

- 2 su bardağı 1 slat 1 lı nohut
- 0.5 demet Maydanoz
- 0.3 demet Kişniş
- 3 diş Sarımsak
- 0.5 su bardağı Tahin
- 2 adet Pita ekmeği
- 1 çay kaşığı Kimyon
- 2 yemek kaşığı Limon suyu

## Kızartma için

- 3 su bardağı Sıy yağ

## Yapılışı

1. Islatılmış nohudu yeşillik, sarımsak ve kimyonla iri çekin.
2. Harçtan küçük toplar yapıp 15 dakika buzdolabında dinlendirin.
3. Falafelleri 170°C yağda 4-5 dakika kızartın.
4. Tahin, limon suyu ve suyla akışkan sos hazırlayın.
5. Pita parçalarını salata, falafel ve tahin sosu kaselelere paylaşın.

### PÜF NOKTASI

Nohudu haşlamadan 1 slatma falafelin içini daha kuru ve kıvamlı tutar.

### SERVİS ÖNERİSİ

Tahin sos ve turşuyla birlikte servis edin.

## Alerjenler

Gluten

Susam