

Falafel con pan chapati

Tiempo de preparación: 90 Min



Ingredientes

Para la salsa

Pepino: ½ Unidad

Ajo: 1 Diente

Comino: Catidad Necesaria

Yogur natural: 3 Cucharadas

Jugo de Limón: 1 Unidad

Sal y Pimienta: A gusto

Para el falafel

Garbanzos: 1 Taza

Jugo de Limón: 1 Unidad

Ajo: 2 Dientes

Comino: 1 Cucharadita

Menta: Cantidad necesaria

Sal y Pimienta: Cantidad necesaria

Cebolla Morada: 1 Unidad

Polvo para hornear: 1 Cucharada

Harina De Garbanzos: 2 Cucharada

Coriandro: 1 Cucharadita

Perejil: Cantidad necesaria

Para el pan chapati

Harina 0000: 500 Gramos

Sal: 1 Pizca

Agua: 300 Centímetros Cúbicos aprox

Preparación de la Receta

Para el pan

- Disolver sal en el agua.
- Con gancho amasador trabajar *harina* e ir agregando de a poco el agua.

- Amasar hasta que se despegue de los bordes y se forme un bollo liso.
- Hacer bollitos y dejar reposar en una placa tapada por 1 hora
- Estirar cada bollito con ayuda de la sobadora o palote hasta tener un ovalo fino.
- Reservar
- Cocinar en sartén caliente sin materia grasa hasta *dorar* levemente cada lado.

Para el falafel

- Procesar garbanzos remojados, *cebolla* morada en cuartos, *jugo de limón*, polvo de hornear, *comino*, coriandro, *ajo*, *harina* de garbanzos, *menta* y *perejil*.
- Procesar hasta tener una pasta compacta para poder manipular.
- Con las manos húmeda hacer bolitas tipo nuez y reservar.
- Cocinar en air-fryer (freidora de aire) hasta que estén doradas.

Para la salsa

- En un bowl mezclar, pepino rallado, *yogur*, *comino*, sal, *jugo de limón*, ajo picado y reservar.

Para el armado

- Formar un cono con cada pan y agregar con un poco de la salsa, varios falafel y *cilantro* picado por encima.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/falafel-con-pan-chapati>