

Falafel Julius



Ingredientes

Aceite de oliva virgen extra: c/n

Comino: 1 cdta

Garbanzos cocidos: 500 Gramos

Harina de trigo: 2 cdas

Limon: 1 unidad

Pan de pita: 1 unidad

Pimienta: c/n

Semillas de sésamo: 2 cdas

Yogurt griego: 1 unidad

Cilantro fresco: 2 cdas

Diente de ajo: 1 unidad

Guindilla fresca: 1 unidad

Lechuga: 1 unidad

Menta fresca: 1 unidad

Pepino: 1 unidad

Sal: c/n

Tomate: 1 unidad

Preparación de la Receta

- Triturar los garbanzos, el *cilantro*, el *comino*, el *ajo* pelado y una cucharada de *harina*.
- Cuando hayamos obtenido una pasta, con la ayuda de dos cucharas crear unos falafel.
- Calentar en un cazo una cantidad de aceite que permita flotar la croqueta de falafel.
- Cuando el aceite esté muy caliente freír.
- Por otro lado, preparar el tahini con las semillas de *sésamo* pasadas por el mortero.
- Añadir el aceite de oliva y mezclar.
- Añadir 100 ml de agua y mezclar otra vez.
- Servir el falafel en una pita con salsa de *yogur*, *limón*, *menta*, *lechuga*, *tomate* y pepino.
- Añadir la salsa tahini.

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