

FELAFEL

Ingredienti per 4 persone:

- fave e ceci,
- lenticchie,
- cipolla,
- aglio,
- cumino,
- coriandolo secco macinato,
- sale,
- pepe,
- olio per friggere.

Scolare i legumi, passarli o frullarli (molto fini).
Aggiungere cipolla, aglio, prezzemolo e le spezie.
Amalgamare, impastare e lasciar riposare per qualche ora.
Fare delle palline appiattite e friggerle nell'olio bollente.
Scolare e far asciugare su carta assorbente.
Servire con tahina (salsa di sesamo).