

Цитрусовый фалафель



Хедай Офаим

Рецепт из сериала «Человек земли»



5-6 порций

Ингредиенты

- 500 г сухого мелкого нута, замоченного в большом количестве воды примерно на 12 часов
- 2–3 апельсина (кروавые или «Валенсия») с тонкой кожурой
- 1 крупная луковица
- 1 пучок кинзы
- ½ пучка петрушки
- ½ питы, замоченной в воде и хорошо отжатой
- 1 ч. л. кумина
- ½ ч. л. молотых семян кориандра
- 2 ч. л. соли
- 1 ст. л. разрыхлителя
- оливковое масло extra virgin для жарки

Приготовление

- Все ингредиенты измельчить вместе в мясорубке с достаточно мелкой решёткой. Лук и апельсины предварительно крупно нарезать, затем добавить в мясорубку. Всыпать специи и тщательно перемешать массу. Оставить отдыхать примерно на 30 минут.
- Сформировать шарики с помощью специальной ложки для фалафеля или влажными руками. Жарить во фритюре или в глубоком слое масла, предварительно разогретого до примерно 170 °C, до золотистой корочки.

Подавать в пите с лабанае, небольшим количеством острого соуса и свежими овощами.

