



Falafel

Knapperige gefrituurde balletjes van geweekte kikkererwten en verse kruiden. Buiten krokant, vanbinnen zacht en felgroen. Een klassiek gerecht uit de Levantijnse keuken dat perfect werkt als hapje of in een pitabroodje.

VOORBEREIDING	BEREIDEN	PORTIES	CATEGORIE
25'	15'	4	Aperitief & hapjes

Ingrediënten

250 gr gedroogde kikkererwten (minstens 12 uur geweekt in ruim koud water)
1 middelgrote ui, grof gesneden
3 teentjes knoflook
1 bos platte peterselie
1 handvol verse korianderblaadjes
1 kl komijnpoeder
1 kl korianderpoeder
1 kl bakpoeder

zout en versgemalen zwarte peper

zonnebloemolie om te frituren

Bereidingswijze

1. Week de gedroogde kikkererwten minstens 12 uur in ruim koud water. Gebruik uitsluitend gedroogde kikkererwten: kikkererwten uit blik zijn te zacht en vallen uiteen bij het frituren.
2. Giet de geweekte kikkererwten af en laat ze goed uitlekken. Dep ze droog met keukenpapier.
3. Doe de kikkererwten samen met de grof gesneden ui, knoflook, peterselie en koriander in een keukenrobot. Mix tot een grof, kruimelig mengsel. Ga door tot alles samenkomt maar verwerk het niet tot een gladde puree: de korrelstructuur is belangrijk.
4. Voeg het komijnpoeder, korianderpoeder, bakpoeder, zout en peper toe en meng goed. Dek de kom af en laat het mengsel 30 minuten rusten in de koelkast. Dit helpt de balletjes hun vorm te bewaren.
5. Vorm met licht bevochtigde handen balletjes van ongeveer 3 cm doorsnede. Werk rustig en druk ze goed samen zodat ze niet uiteen vallen tijdens het frituren.
6. Verhit de zonnebloemolie in een frituurpan of ruime kookpot tot 170 graden. Frituur de balletjes in porties van 4 tot 6 stuks gedurende 3 tot 4 minuten tot ze rondom goudbruin en krokant zijn.
7. Schep de falafel uit de olie en laat uitlekken op keukenpapier. Serveer meteen.

Tip

Als het mengsel te vochtig is en de balletjes niet samenblijven, voeg dan 1 tot 2 eetlepels bloem toe en meng opnieuw. Zorg er ook voor dat de olie op temperatuur is voor je begint te frituren: te koude olie maakt de falafel vettig en zacht.

Lekker met

Serveer met tahinsaus, verse komkommer, tomaat en pitabrood.

Dranktip

Een frisse munt-limonade of een lichte, ongezoete ijsthee past hier goed bij.