

Falafel pogácsák

500 g főtt csicseriborsó, leszűrjük

0,5 dl csicseriborsó főző lé

1 kis fej lereszelt vöröshagyma

1 gerezd lereszelt fokhagyma

Turmixba tesszük összeturmixoljuk. (De egy tálban villával is szétnyomkodhatjuk.)

2 kiskanál só

4-5 evőkanál (gluténmentes) panírmorzsa

2 evőkanál nyílgyökér liszt

1 kiskanál szerecsen dió

½ kiskanál fehér bors

1 kiskanál fekete bors

2 kiskanál zöld fűszer (akár keverék, akár friss bármilyen zöld fűszer apróra vágva)

¼ kiskanál őrölt chili paprika

1 csipet (római) kömény

Sütéshez: olaj

Egy tálban az áttört, összeturmixolt csicseriborsót összegyűrjük a többi hozzávalóval. Egy tömör, száraz, de jól formálható (kéztől jól elváló) tömböt kell kapnunk. Golyókat vagy pogácsákat formálunk belőle, majd bő arany barnára olajban kisütjük. Sütési idő oldalanként kb. 2-2 perc.