Falafels

Par La Popotte sans chichis

Ingrédients

260 g de pois chiches secs
1 oignon
1 petite botte de persil
2 brins de menthe
0.5 cuil à café de paprika fumé
1 cuil à café de cumin
1 cuil à café de coriandre
2 gousses d'ail hachées
1 cuil à café de sel
1 sachet de levure chimique
1.5 cuil à soupe de farine
2 cuil à soupe de graines de sésame
Poivre
Huile d'olive

Réhydratation des pois chiches

Mettre à tremper 12 h min les pois chiches dans un saladier rempli d'eau.

Dressage des falafels

Pelez et coupez grossièrement votre oignon.
Faire de même avec les herbes fraîches.

Egouttez vos pois chiches et séchez les bien, c'est important car s'ils sont trop humides, les falafels se déliteront à la cuisson.

Dans un robot mixeur, mettez tous les ingrédients et mixez.Ajoutez les graines de sésame.

Niveau texture cela ne doit pas être trop fin, elle doit rester un peu sableuse.

Farinez un peu vos mains et faites des boules que vous disposerez sur une plaque de cuisson chemisée.

Arrosez avec les 2 cuil à soupe d'huile d'olive.

Enfournez pour 20 min à 190°C en chaleur tournante, retournez les boulettes à mi-cuisson.

Surveillez bien la cuisson pour ne pas trop les cuire.