VEGETARISK

Ginos Beirut Falafel

Kock: **Gino Fraiman** Tid: **60 min** Portioner: **6**

Hemgjord falafel som i matstånden i Beirut city.

Falafel må vara i kategorin snabbmat men det finns inget med denna rätt som går fort, förutom att äta upp maten.
Först måste kikärtorna ligga i blöt i minst 12 timmar. Ska man göra riktig falafel så måste man göra på riktigt. Det finns de som jag kallar för fuskvarianter med kokta kikärtor men i mina ögon är det absolut ingen riktigt falafel. Jag har gjort min research, pratat med libanesiska erfarna matlagande mammor och kommit fram till ett eget recept utifrån deras grundrecept.
Vill ni göra riktig falafel, följ då mitt recept!
#Cheffraimansmat

INGREDIENSER

60

500 gram torkade kikärtor
1 knippe finhackad persilja
0.5 knippe finhackad koriander
1 st finhackad gul lök
3 klyftor pressad vitlök
1 st citron (juicen)
2 msk olivolja
3 msk sju sorters kryddor (färdig kryddblandning)
1 msk paprikapulver
0.5 tsk torkad mynta
0.5 tsk bakpulver
1.5 tsk salt
0.5 - 1 tsk svartpeppar

GÖR SÅ HÄR

1. Som sagt, börja med att blötlägga kikärtorna i kallt vatten i minst 12 timmar.

2. Nu börjar det jobbiga, ha tålamod. Det blir bra då!
När kikärtorna varit blötlagda i 12 timmar, silar du av vattnet. De behöver inte kokas. Häll över hälften i en mixer/matberedare och mixa kikärtorna släta. Du vill inte få en puré av kikärtor utan det ska vara lite småsmuligt. Upprepa tills du kört alla till en smet. Häll över i en stor bunke.

3. I samma mixer/matberedare mixar du ihop resten av ingredienserna.
Ta därefter en del av kikärtorna och häll ner i matberedaren för att suga upp

alla smaker. Blanda sedan med hjälp av händerna ihop allting. Smeten blir förhoppningsvis lite grönfärgad och det är precis som du vill ha det. Provstek en liten falafelbiff för att smaka av. Den ska vara knaprig på ytan och lite saftig på insidan. Krydda yttligare vid behov. Stoppa sedan in i kylen och låt stå ca 1 timme.

4 Nu börjar nästa jobbiga steg. Ta lite av smeten i handen, rulla och pressa ihop till en boll. Gör om proceduren tills att du är klar med all smet.

5 Bäst resultat blir det om du har en fritös som du värmer upp oljan till 180 grader. Då får du riktigt jämn yta på falafeln. Fritera falafeln och servera i pitabröd med hummus, tabboulehsallad och yoghurtmyntadressing. Smaklig måltid!