

Falafels

Recette de Bilal Assad (cheffalafel.com)

- 500 gr pois chiches secs
- 150 gr de persil plat
- 10 gr de coriandre fraîche
- 3 à 4 gousses d'ail
- 1 oignon de taille moyenne
- 1 piment de cayenne
- 1 c. à café de cumin en poudre
- 1 c. à soupe de sel
- 1 c. à café de bicarbonate de sodium
- 1 pincée de poivre noir
- 1 pincée de clou de girofle (moulus)
- 1 c. à café de cumin
- 1 c. à café de paprika

Préparation

- 1) Trempez les pois chiches secs pendant 8 à 10 heures (pas plus) dans de l'eau froide. (Ne surtout pas utiliser de pois chiche en conserve).
- 2) Egouttez les pois chiches.
- 3) Hachez (grossièrement) au couteau le persil, la coriandre, l'oignon, et le piment de Cayenne. Mélangez le tout ensemble dans un récipient en y ajoutant les gousses d'ail.
- 4) Placez le tout dans un hachoir à viande (pas un mixeur). Hacher simultanément les pois chiches avec le mélange des différents ingrédients. Vous allez obtenir une pâte de couleur verdâtre.
- 5) Ajoutez les différentes épices et le sel sur la pâte obtenue et mélangez bien à la main. Tout en mélangeant, ajoutez environ 1 dL d'eau froide sur la pâte. La pâte ne doit ni être trop sèche ni trop molle.
- 6) Formez des boulettes de falafels d'environ 3 cm de diamètre à l'aide d'un moule à Falafel ou avec vos mains.
- 7) Chauffez la friteuse à 170 degrés, idéalement avec de l'huile de tournesol. Mettez les boulettes à frire pendant 2 à 3 minutes, jusqu'à obtenir une couleur bien dorée.