

Falafel - albondigas de garbanzo

Ingredientes:

- 400 gramos de garbanzos
- 1/2 cebolla
- 5 dientes de ajo
- 1 ramita de perejil fresco
- 1 ramita de cilantro fresco (opcional)
- 1 sobre de levadura
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva



Preparación:

Dejamos en remojo los garbanzos durante una noche entera. Al día siguiente los colamos y los batiremos con cuidado, añadiendo un poco de agua si la consistencia es demasiado sólida para la batidora.

Picamos finamente los ajos, el perejil y el cilantro. Junto con la levadura lo añadimos todo a los garbanzos. Salpimentamos y volvemos a batirlo finamente. Dejamos reposar la masa de faláfel durante por lo menos media hora.

Formamos las bolas con la masa, poniendo un poco de harina de garbanzo si la consistencia es muy líquida.

Freír en una sartén con suficiente aceite para cubrir las bolas. Nos aseguraremos de que el aceite está bien caliente antes de ir añadiendo la masa. Daremos la vuelta a las bolas de falafel si es necesario y las sacaremos cuando estén doradas. Dejamos reposar en un plato con papel absorbente para eliminar el exceso de aceite.

Servir con una ensalada y [veganesa](#) o hacer bocadillos con pan de pita, tomate natural, lechuga, cebolla picada, [hummus](#) y salsa de tomate.