



FALAFEL VAFFEL MED TZATSIKI

6A, IGLEMYR SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 8 porsjoner

- 1 stk chili
- 0.25 ts pepper
- 1 fedd hvitløk, finhakket
- 1 ts salt
- 1 stk løk, finhakket
- 1 ts spisskummin
- 2 dl tørkede kikerter, bløtlagt og skyllet
- 3 stilker persille
- 5 ss olje
- 10 stilker koriander
- 1 dl hvetemel / potetmel (glutenfritt)

SLIK GJØR DU:

- 1** Alle ingredienser has i blender og blandes til passe konsistens. Stekes i belgisk eller vanlig vaffeljern. 4 omganger vafler. ELLER: Form små boller og legg på et stekebrett. Stekes i ovn ved 200 grader i 10-15 minutter. Etterstek i stekepanne med litt olje til brun farge og sprø. Serveres med pitabrød i godt selskap med tzatziki og salat.
- 2** TZATSIKI
½ revet agurk, klem ut vannet,
½ (2 dl) boks yoghurt naturell,
1 hakket hvitløksfedd,
1 klype salt og pepper og
litt sitronsaft mikses i en bolle.