FALAFELS

et sauce tahin



Préparation : 10 min - **Repos :** 1 h - **Cuisson :** 20 min - **Matériel :** -

---

Ingrédients : 6 personnes

- 240 g de pois chiches égouttés - 2 tranches de pain blanc - 3 gousses d'ail dégermées - 1 bouquet de persil - ½ bouquet de coriandre - 2 c.s. d'huile d'olive - 1 c.s. de levure chimique - 1 c.c. de cumin - ½ c.c. de paprika fumé - 1 c.c. de cumin - ¼ de c.c. de baharat (facultatif) - 1 c.c. de sel, poivre - SAUCETAHIN: - 1 gousse d'ail dégermée - 50 g de tahin - le jus de 1 citron jaune - 1 c.c. de miel - 2 c.s. d'huile d'olive - 2 à 3 c.s. d'eau

---

1. Préchauffez votre four à 180°C (th.6). Mettez les pois chiches, le pain et les gousses d'ail dans la cuve et lancez le programme EXPERT, 2 minutes/vitesse 8 (sans chauffer). Lavez puis ciselez le persil et la coriandre.

2. Rabattez la préparation au centre puis ajoutez le reste des ingrédients. Lancez le programme EXPERT, 3 minutes/vitesse 13 (sans chauffer). Râclez la cuve avec la spatule.

3. Avec la pâte obtenue, formez des billes en roulant une cuillerée à soupe de pâte dans le creux d'une main. Vous pouvez vous mouiller les mains pour faciliter la confection des boulettes. Laissez reposer au frais pendant 1 heure.

4. Enfournez les falafels pour 20 à 25 minutes en les retournant à mi-parcours, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

5. Dégustez les falafels chauds avec de la sauce tahin.

SAUCE TAHIN

1. Placez tous les ingrédients dans la cuve et lancez le programme EXPERT, 1 minute 30/vitesse 10 (sans chauffer) jusqu'à obtenir une texture lisse, ni trop épaisse ni trop liquide. Vous pouvez également réaliser cette sauce dans la mini cuve.

Astuce du chef :

Ces falafels sont encore meilleurs si vous les faites cuire à la friteuse.

Cook Expert ■

Modifiée le 31/08/16

© photos Sandra Mahut
© 2014 Hachette Livre (Marabout)