

# Falafelové burgery

Kategorie: [Pokrmy](#)

Autor: andrea



## Suroviny

**Porce:** 4

- Cizrna 200 g
- Cibule červená 1 ks
- Česnek 6 stroužek
- Petrželová nať 1 hrst
- Římský kmín mletý 1 lžička
- Koriandr mletý 1 lžička
- Chilli 0.5 lžička
- Hladká mouka 2 lžíce
- Vejce 1 ks
- Slunečnicový olej 3 lžíce
- Libanonský chléb 2 ks
- Salsa 200 g
- Ledový salát 100 g
- Mrkev 1 ks
- Bílé zelí 100 g

**Doba přípravy:** 45 min

**Obtížnost:** Snadné

**Určen pro:** Vegetariáni

**Způsob přípravy:** Pečení

**Zařazení:** Oběd

**Země:** Libanon

**Počet porcí:** 4

## **Postup:**

Přes noc namočenou cizrnu uvařte doměkka, mělo by to trvat asi dvacet minut. Scedte ji, nechte vychladnout a pak ji společně s nasekanou červenou cibulí i česnekem, petrželkou, kořením, moukou a solí rozmixujte. Měli byste získat hladkou hmotu, do té přidejte vejce a dobře ho zapracujte. Hmotu dejte na pomoučněnou desku a vyválejte ji na cca 1 cm vysokou placku. Pomocí tvořítka nebo skleničky z placky vykrajujte kolečka. Uvnitř koleček udělejte menší díru. Olej rozpalte na nepřilnavé pánvi a opečte na něm z obou stran burgery tak, aby zežlály. Mělo by to trvat tři minuty z každé strany. Díra uprostřed falafelu umožní burgeru lépe se propéct a po upečení je lze navléct na špejli a lépe nechat okapat od tuku.

Rozpůlte a opečte placky libanonského chleba a naplňte je nejdříve salsou, pak salátem (směs nakrouhaného bílého zelí, mrkve, ledového salátu) a nakonec teplými burgery.