

Revitho keftedes

Toplam 45 dk

Hazırlama 30 dk · Pişirme 15 dk

5 kişilik

Orta

~230 kcal

Açılış 14/10

Yunan nohut köftesi, otlar ve sarımsakla yoğrulup tavada kızartılarak ekonomik bir mezedir.

Malzemeler

- 500 gr Haşlanmış nohut
- 3 yemek kaşığı Un
- 0.5 demet Maydanoz
- 2 diş Sarımsak

Yapılış

1. Nohudu iyice süzün, maydanozu ince kıyıp unu yoğurma kabına ölçün.
2. Nohudu ezip un ve yeşillikle yoğurun.
3. Harçtan ceviz büyüklüğünde parçalar koparıp sarımsaklı nohut köfteleri şekillendirin.
4. Köfteleri tavada 12-15 dakika kızartın.
5. Nohut köftelerini limonlu yoğurt ve dereotu eşliğinde sıcak servis tabağına dizin.

PÜF NOKTASI

Kuru baklagili gece boyunca 11 saat bekletmek pişme süresini yarılandırır, gaz yapma etkisini de azaltır.

SERVIS ÖNERİSİ

Tahin sos ve limon ile servis edin.

Alerjenler

Gluten