

Falafels aux olives vertes



Pour aujourd'hui et pour commencer la semaine je vous propose une nouvelle recette de falafels. Des falafels toujours cuits au four, croustillants et à la fois moelleux je les ai agrémenté d'olives vertes qui parfument davantage ! Pour ces falafels je les ai réalisées qu'avec des pois chiche, pas de patate douce ou autre.

Pour une vingtaine de falafels

Ingrédients:

520g de pois chiches cuits en boîte et bien égouttés

1c. à café d'ail haché

1c. à café de bicarbonate de soude

Les feuilles d'un petit bouquet de coriandre ciselées

Les feuilles d'un petit bouquet de persil ciselées

1c. 1/2 à café de coriandre en poudre

1c. à café de cumin

100g d'olives vertes

Huile d'olive

Sel, poivre

Préparation:

Préchauffez le four à 200°C (th.6-7).

Versez les pois chiches bien égouttés dans un robot avec l'ail, le bicarbonate de soude, le persil, la coriandre en poudre ainsi que les feuilles de coriandre et le cumin. Faites tourner le moteur, en l'interrompant de temps en temps pour racler les parois et vérifier la texture. Quand le mélange forme une pâte grumeleuse, arrêtez le moteur et versez la préparation dans un saladier. Salez et poivrez généreusement.

Coupez les olives vertes en morceaux plus ou moins gros selon votre goût et ajoutez-les à la préparation, mélangez bien.

Déposez des boules de pâte sur une plaque de cuisson préalablement recouverte de papier sulfurisé en les espaçant. Arrosez d'un filet d'huile d'olive et enfournez pour 15 à 20min, jusqu'à ce que les falafels soient dorés.

Servez chaud.