



Εύκολα & τραγανά φαλάφελ στο air fryer

Μερίδες: 4 (12-13 φαλάφελ) **Χρόνος προετοιμασίας:** 5 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 12 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 6-8 ώρες & 20-25 λεπτά

Φυλάσσουμε τα φαλάφελ καλυμμένα στο ψυγείο για 2-3 μέρες.

Υλικά :

250 γρ. ξερά ρεβύθια
1 μικρό ξερό κρεμμύδι, κομμένο σε μεσαία κομμάτια
½ ματσάκι κόλιανδρο
½ ματσάκι μαϊντανό
1 κ.σ. κύμινο
1 κ.σ. σκόνη κόλιανδρο
3 σκελίδες σκόρδο
2 κ.σ. αλεύρι για όλες τις χρήσεις
αλάτι & φρεσκοτριμμένο πιπέρι

Υλικά για το σερβίρισμα :

αραβικές πίτες
πίκλες αγγούρι, κομμένες σε λωρίδες
φύλλα μαρουλιού
ντομάτα, κομμένη σε φέτες
χούμους ή ταχίνι
φυτικό γιαούρτι, χωρίς ζάχαρη

Εκτέλεση:

- 1) Βάζουμε από την προηγούμενη μέρα τα ρεβίθια να μουλιάσουν για τουλάχιστον 6-8 ώρες.
- 2) Στραγγίζουμε τα ρεβίθια και τα αφήνουμε να στεγνώσουν καλά. Μεταφέρουμε σε επεξεργαστή τροφίμων, προσθέτουμε το κρεμμύδι, τα μυρωδικά, τα μπαχαρικά, το σκόρδο και το αλεύρι, αλατοπιπερώνουμε και πολτοποιούμε πολύ καλά μέχρι να ομογενοποιηθεί. Αν δεν χωράνε πολτοποιούμε σε δόσεις και ζυμώνουμε όλο το μείγμα μαζί σε ένα μπολ.
- 3) Μεταφέρουμε το μείγμα καλυμμένο στο ψυγείο και το αφήνουμε για 20-25 λεπτά.

- 4) Σχηματίζουμε 12-13 φαλάφελ περίπου 30 γρ. το καθένα και τα μεταφέρουμε στον κάδο της [Φριτέζας αέρος Multipla XL KDF-580D Gruppe](#) και ψήνουμε στους 190°C για 12 λεπτά γυρνώντας τα στα μισά του χρόνου. Σε περίπτωση που τα φαλάφελ διαλύονται στο χέρι μας προσθέτουμε 1 κουταλιά αλεύρι και ξαναχτυπάμε.
- 5) Σερβίρουμε μέσα σε αραβική πίτα με τα υλικά της επιλογής μας.