



przepisy.pl

## Warzywny burger z falafelem



 30 minut  2 osoby  Łatwe

### Składniki:

- chleb pita - 1 sztuka
- cieciora - 300 gramów
- pieczywo tostowe, kromki - 2 sztuki
- cebule - 2 sztuki
- Majonez Hellmann's Oryginalny** - 2 łyżki
- natka pietruszki - 1 pęczek
- proszek do pieczenia - 2 łyżeczki
- mąka - 2 łyżki
- ząbki czosnku - 4 sztuki
- kolendra - 1 łyżka
- Kmin rzymski z Indii mielony Knorr** - 1 łyżka
- pasta Harissa - 2 łyżeczki
- bakłażan - 1 sztuka
- pomidor - 1 sztuka
- olej - 2 łyżki
- sałata, liście - 2 sztuki
- sól - 1 szczypta
- Pieprz czarny z Wietnamu mielony Knorr** - 1 szczypta

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

### Sposób przygotowania:

1. Namocz cieciorę w wodzie przez co najmniej 24 godziny. Możesz też od razu użyć odsączonej cieciora z puszki.
2. Włóż namoczoną cieciorę, cebulę, tosty, pietruszkę, proszek do pieczenia, mąkę i czosnek do miksera i dodaj drobno posiekaną kolendrę, kminek, sól i pieprz do smaku. Zmiksuj wszystko.
3. Uformuj ciasto na falafel i usmaż na patelni.
4. Pokrój na plasterki bakłażana, posól i usmaż na patelni.
5. Zmieszaj majonez Hellmann's z pastą Harissa. Posmaruj pitę majonezem z pastą, ułóż falafel, plasterki bakłażana, pomidory i majonez.

---

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego [www.przepisy.pl](http://www.przepisy.pl). Znajdź nas na Facebooku [www.facebook.com/przepisypl](https://www.facebook.com/przepisypl)