

FALAFEL COM ERVILHA ASSADO

INGREDIENTES

180 g de grão de bico em conserva
200 g de ervilha em conserva
2 colheres (sopa) de tempero cebola, alho e salsinha.
1 colher (chá) de pimenta síria
1 colher (café) de bicarbonato de sódio
1 colher (café) de sal
100 g (medida de farinha) de amido de milho
1 colher (café) de fermento
um fio generoso de óleo de soja

MODO DE PREPARO

Pré aqueça o forno por 15 min (180º)
Enxague os grãos e ferva por 15 minutos
Triture/esmague os grãos, deixando
Misture bem os ingredientes
Modele os discos na forma
Aqueça por 15 minutos no forno, depois vire os discos e aqueça por mais 15 minutos

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/5656-falafel-com-ervilha-assado.html>