

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>