



# Waffles de falafel



Categoria  
Vegetariano



Tempo de preparação  
Médio



Dificuldade  
Médio



Custo  
Económico



Com quem?  
Com amigos



Nº de pessoas  
4 pessoas

## Ingredientes

Q.b. de Gallo Azeite Bio  
Sabor Suave

- 200g de grão seco
- 1 cebola
- 3 dentes de alho
- 3 colheres de sopa de salsa
- 3 colheres de sopa de coentros
- 2 colheres de sopa de farinha
- 1 colher de chá de cominhos
- 1 colher de café de fermento
- Q.b. de flor de sal
- Q.b. de pimenta
- 1 iogurte grego
- 2 colheres de sopa de pepino ralado
- Q.b. de hortelã picada
- Q.b. de sumo de limão
- 100g de tomate cereja mix

## Modo de preparação

1

Coloque o grão de molho durante 8 horas.

2

Adicione num robot de cozinha o grão, a cebola e o alho. Misture até obter uma mistura homogênea.

3

Junte as ervas, a farinha, os cominhos, o fermento, um fio de Gallo Azeite Bio Suave, sal e pimenta.

4

Volte a misturar até obter um puré. Reserve.

5

Para o molho de iogurte, coloque o iogurte numa taça, adicione o pepino ralado, a hortelã picada e o sumo de limão. Misture.

6

Tempere com flor de sal e pimenta.

7

Aqueça um máquina de waffles e coloque aos poucos a massa de grão.

8

Sirva os waffles com o molho de iogurte e o tomate cortado em metades.

9

Regue com um fio de Gallo Azeite Bio Suave e decore com ervas frescas.

10

Tempere com flor de sal e pimenta.

#### Produtos utilizados



*Bio Sabor Suave*

Azeite Virgem Extra

#### Veja também

---

✖ Vegetariano ⌂ Médio ☀ Fácil

*Couscous de verão com feta e limão*

---

✖ Vegetariano ⌂ Rápido ☀ Fácil

*Quinoa com abóbora, espinafres e romã*

---

✖ Vegetariano ⌂ Médio ☀ Fácil

*Pizza de cogumelos e trufas*

---

✖ Vegetariano ⌂ Médio ☀ Fácil

*Tofu picante com alga nori*

---

✖ Vegetariano ⌂ Médio ☀ Fácil

*Falafel*

---



*Mais receitas em*

*[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)*

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide