

The THOMY logo is displayed in white capital letters inside a dark blue rounded rectangular border. The background of the entire page is a photograph of a green wooden table with a yellow bowl containing three pita sandwiches filled with falafel, vegetables, and herbs. A small black plate with falafel and a white dipping sauce is in the top left, and yellow flower-shaped molds are scattered on the table.

## FALA-FELL IN LOVE!

### INGRÉDIENTS

pièces tacos coquille dure

g de pois chiches

pièce Frühlingslauch

pièces gousse d'ail

pièces bunte Karotten

1/2 1/2 pièce Gurke

portions mini-salades romaines

cuillère à café de cumin moulu

cuillère à café Un peu de sel de table

1/2 1/2 cuillère à café petit bouquet de coriandre

1/2 1/2 cuillère à café de bicarbonate de soude

L Olivenöl

### INSTRUCTIONS

Étape 1

Faire tremper les pois chiches dans de l'eau froide pendant au moins douze heures, puis les hacher.

Étape 2

Couper l'oignon et l'ail en petits cubes et les ajouter aux pois chiches avec le cumin, le sel, la coriandre moulue et le bicarbonate de soude.

Étape 3

Mélanger en une masse homogène, former des boules fermes et les faire frire dans l'huile chaude pendant deux à trois minutes jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

Étape 4

Tartiner l'intérieur des pains pita de Veggynaise THOMY. Râper les carottes et le concombre, les mettre dans le pain pita avec la salade mélangée et les boulettes de falafel.

cuillères à soupe de Veggynaise THOMY