

FOOD♥DECO

Falafel Wraps met Gegrilde Groente, Homemade Salsa, Rode Kool en Whipped Feta

1 blik van 400 g kikkererwten
1 citroen
1 eetlepel harissa
1 volle theelepel gemalen piment
1 volle eetlepel bloem
1 bosje verse koriander
olijfolie

Garnering

2 paprika's, verschillende kleuren
4 lente-uitjes
4 kleine volkorentortilla's
naar keuze: ingemaakte rodekool
naar keuze: whipped feta

Salsa

1 grote handvol rijpe tomaten, verschillende kleuren
½-1 verse rode Spaanse peper
½ teen knoflook
1 limoen

Laat de kikkererwten uitlekken en doe ze in de keukenmachine • Rasp er de citroenschil fijn bij en voeg een snufje peper en zout, de harissa, piment, bloem en koriander • Hak de hele boel fijn en schraap ondertussen langs de zijkant van de kom een paar keer omlaag als het nodig is • Schraap het mengsel uit de kom en kneed het met schone, vochtige handen in 6 burgertjes • Doe 1 eetlepel olie in de koekenpan, leg er de falafels in en keer ze om als ze goudbruin en krokant zijn Verwijder de steeltjes en haal de zaadjes uit de paprika's, scheur ze in hapklare stukjes, leg die met de schoongemaakte en gehalveerde lente-uitjes in de grillpan, strooi er een snufje peper en zout op en keer ze om wanneer ze mooi geschroeid zijn • Doe de tomaten, Spaanse pepers en de helft van de blaadjes koriander in de keukenmachine • Knijp er met een knoflookpers de halve teen knoflook bij, knijp er de limoen boven uit, hak de salsa fijn, breng hem op smaak en giet hem in een serveerschaaftje Leg de tortilla's 45 seconden in de magnetron (800W) • Knijp de helft van de geraspte citroen uit boven de geroosterde groenten, zet ze samen met de falafels op tafel en bestrooi alles met de rest van de blaadjes koriander • Laat ieder zijn eigen wrap samenstellen en serveer er als je wilt de ingemaakte rodekool en whipped feta bij.