



# Falafel d'aubergine

PORTIONS: 18

TEMPS DE PRÉPARATION: 20 MIN

TEMPS DE CUISSON: 40 MIN  
TEMPS DE POSE: 0 HEURES

## Ingrédients

- 1 boîte de pois – chiche (environ 250g)
- 400g d'aubergine
- 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 2 gousses d'ail
- Cumin en poudre
- Coriandre en poudre
- Sel
- Poivre



## Instructions

Préchauffer le four à 180°

1. Laver et couper les aubergines dans la longueur en plusieurs lamelles
2. Disposer les aubergines sur une plaque recouverte de papier sulfurisé et les badigeonner d'un peu d'huile d'olive
3. Enfourner pour environ 20', les aubergines doivent être cuites puis laisser refroidir
4. Rincer et égoutter les pois-chiche
5. Dans un bol, mixer les pois – chiche avec l'ail, les épices et les aubergines cuites
6. Une fois le mélange homogène, ajouter les 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
7. Former des petites boules puis les disposer sur une plaque recouverte de papier cuisson
8. Enfourner pour environ 20 minutes puis sortir du four à déguster tiède ou froid

## Astuces

- Vous pouvez les congeler
- Se prépare facilement en avance
- Vous pouvez mettre de la coriandre fraîche

