


Minipita falafel

Minipita met krokante falafel, mini-komkommer en Griekse yoghurt met munt

 4 personen

 Sligro-ISPC



Bereidingstijd 15 MINUTEN

Ingrediënten

- 4 mini-pitabroodjes
- ¼ rode ui
- 2 el sushiazijn
- 2 mini-komkommers
- sap en rasp van ¼ limoen
- 2 takjes verse munt
- 2 el Griekse yoghurt
- 4 falafelballetjes
- olijfolie
- versgemalen peper
- 4 takjes verse koriander
- zout

Bereiding

- Maak de rode ui schoon en snijd in zeer dunne ringen. Leg in een kommetje en schenk er de sushiazijn overheen. Laat minimaal 10 minuten marineren.
- Snijd de mini-komkommers in dunne linten. Snijd de steeltjes van de koriander ragfijn en doe samen met de komkommerlinten in een kommetje. Voeg er wat limoensap en -rasp aan toe en kruid met zout en peper. Laat 10 minuten marineren.
- Snijd de muntblaadjes ragfijn en meng met de Griekse yoghurt. Verfris met het limoensap en de -rasp.
- Verwarm de oven voor en bak de pita's af volgens de aanwijzingen op de verpakking.
- Bak de falafel om en om mooi krokant in een scheutje olijfolie in een koekenpan.
- Snijd de pita's open, smeer lichtjes in met de Griekse yoghurt en verdeel er de komkommerlinten overheen.
- Leg er de falafel op en lepel er een beetje yoghurt op.
- Garneer ten slotte met de gemarineerde ui en topjes koriander.