



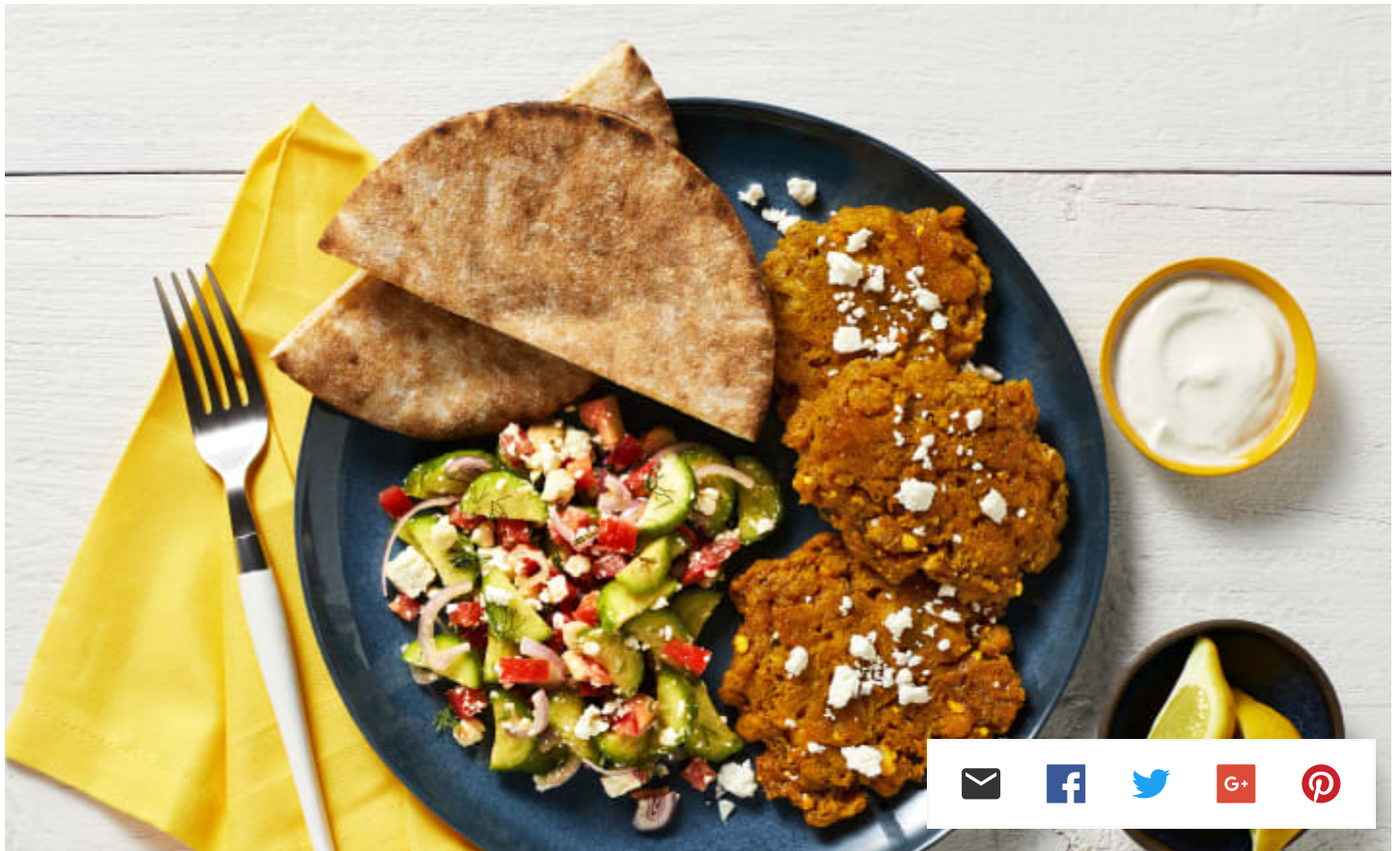
🏠 Archivo de recetas > Recetas Mediterráneas

SAY **"MMM, YES"** TO  
AMERICA'S MOST POPULAR MEAL KIT



**\$30 OFF**

INCLUDING  
FREE SHIPPING  
ON YOUR FIRST BOX



## Buñuelos De Garbanzo Con Especias

con ensalada griega, pita y salsa blanca con ajo

VER NUESTROS PLANES

Es difícil NO amar ningún ingrediente cuando está frito, también conocido como cubierto de masa y cocido hasta que esté perfectamente dorado. Esta versión inspirada en el falafel está protagonizada por garbanzos, que machacamos y luego cubrimos con una masa ligera de tempura con especias de shawarma, eneldo fresco, chalota y ajo. Son al estilo panqueque frito poco profundo hasta que estén crujientes, luego se combinan con algunos de nuestros acompañamientos favoritos de fuente mezze: pita esponjosa, ensalada griega refrescante, queso feta salado y salsa blanca cremosa con ajo. Ahora viene la parte más desafiante de la comida: ¡apilar un poco de todo en el tenedor a la vez para crear el bocado perfecto!

Nutrition Values ▾

/ per serving

Energía (kJ)	3849 kJ	Calorías	920 kcal
gordo	36 g	Grasa saturada	12 g
Carbohidrato	115 g	Azúcar	17 g
Fibra dietética	15 g	Proteína	29 g
Colesterol	55 magnesio	Sodio	2070 magnesio

Debido a los diferentes proveedores a los que compramos nuestros productos, la información nutricional por comida puede variar desde el sitio web hasta lo que se recibe en la caja entregada, dependiendo de su región.

Ingredientes

Ingredients ▾

cantidad de porción

24

serving amount

24

1 unidad

Pepino persa

1 unidad

Chalote

1 unidad

Limón

½ taza

Queso feta

( Contiene **leche** )

13,4 onzas

Garbanzos

1 cucharada

1 unidad

Tomate Roma

¼ de onza

eneldo

1 diente

Ajo

6 cucharada

Crema agria

( Contiene **leche** )

82 g

Mezcla de Tempura

( Contiene **leche, huevos, trigo** )

2 unidad

https://www.hellofresh.com/recipes/spiced-chickpea-fritters-5f0e1e395aacca126d42e22a

3/9