

Kyllingedeller

Det skal du bruge:

- 450 g hakket kylling
- 1 stk. æg
- 1-2 stk. løg (eller 2-3 forårsløg)
- 2 stk. gulerødder (fintrevet)
- 1 håndfuld havregryn
- 1 dl mælk
- 1 tsk. salt
- 1 knivspids peber



Sådan gør du:

1. Bland alle ingredienserne til en fars og lad den gerne hvile på køl i en halv times tid.
2. Form farsen til frikadeller og steg dem på panden i lidt olie eller i ovnen.

Kilde: <https://www.dr.dk/mad/opskrift/kyllingefrikadeller-med-gulerodder> - redigeret af Luise Gammelgaard, Ernæringsguide