

Ingredienser:

400 g hakket kyllingekød (ikke maskinudbenet)
1 mellemstort revet løg
1½ dl havregryn
1 stor revet gulerod
1 dl hakket persille, stængelen klippes i ca. 1 mm lange stykker
2 spsk. Soya sauce
Lidt let- eller minimælk
Evt. 1 tsk. tørret Chili
Salt og peber

Tilberedning:

1. Rør kyllingekødet med løg, salt og peber
2. Tilsæt gulerod, havregryn, persille, Soya sauce, salt og peber
3. Rør med mælk til farsen er passende
4. Smag til med salt, peber og evt. Chili
5. Lad farsen hvile i køleskabet et par timer
6. Form farsen til frikadeller, og steg dem i en smule margarine

Tilbehør:

Kyllingefrikadeller



Serveringsforslag