

Kyllingboller

4 porsjoner

Ingredienser:

- 1 ½ pakke kyllingkjøttdeig (600g)
- ½ løk
- dl vann
- ½ ts salt
- ½ ts pepper

Smak til med andre urter eller krydder om ønskelig

Fremgangsmåte:

1. Finhakk løken og bland sammen med alle ingrediensene. Lag små boller.
2. Stek bollene brune ved middels varme i en stekepanne.

Næringsinnhold per person:

225 kcal, 12g fett, 2g karbohydrater (hvorav 1g sukker og 0.5g fiber), 27g protein, 1.3g salt.