



SMÅ ITALIENSKE KYLLINGEFRIKADELLER MED CÆSARSALAT

4 PERSONER

Kyllingefrikadeller af hakket kylling smagt til med parmesan og hvidløg og serveres med den lækreste cæsarsalat

Forberedelsestid: 20 min. Tilberedningstid: 15 min.

INGREDIENSER

400 g hakket kylling
1 tsk. salt
1 dl rasp
2 fed knust hvidløg
1 æg
2 spsk. revet parmesan
1 håndfuld hakket persille
Friskkværnet peber
Olie til stegning

1 romainesalat
3-4 blade palmekål
6 rosenkål
1/2 dl cæsardressing
1 håndfuld parmesan i flager
4 skiver ristet ciabattabrød

TILBEREDNING

Rør kyllingekødet sammen med salt. Tilsæt rasp, hvidløg, æg, parmesan og persille og rør farsen sammen. Krydr med friskkværnet peber, juster konsistensen med lidt vand og lad farsen hvile 15 min.

Skyl salaten og kålen. Bræk salaten i mindre stykker, snit palmekålen fint og skær rosenkålene i meget tynde skiver. Vend det hele i cæsardressing og drys med parmesan samt ristet brød brækket i mindre stykker.

Form farsen til små frikadeller og steg dem i olie på en pande ved middel varme ca. 5 min. på hver side.

Server italienske kyllingefrikadeller med cæsarsalat og evt. ekstra brød.

TIP:

Salaten kan også laves med spidskål og grønkål - vælg de kåltyper, du holder mest af.

