

## Frikadellen in der Heißluftfritteuse

### Zutaten für 20 Stück:

- 500 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel (klein)
- 1 Ei
- 1 altbackenes Brötchen
- 1 TL Senf
- 1 TL Salz
- 1 Knoblauchzehe
- 1 TL gehackte Kräuter (habe ich immer im TK-Fach)



<b>Arbeitszeit:</b>	ca. 8 Minuten
<b>Kochzeit/Backzeit:</b>	ca. 12 Minuten
<b>Gesamtzeit aktiv:</b>	ca. 20 Minuten

### Zubereitung:

1. Schäle die Zwiebel und schneide sie in kleine Würfel. Schäle die Knoblauchzehe.
2. Weiche das Brötchen in Wasser ein und drücke es nach einigen Minuten aus.
3. Gib das Hackfleisch mit dem Ei, dem eingeweichten Brötchen, Senf, Salz, etwas Pfeffer und Kräutern in eine Schüssel. Verknete alles gut.
4. Forme 20-25 kleine Frikadellen.
5. Heize deinen Airfryer auf 200 Grad vor.
6. Gib die Hackbällchen in den Garkorb und backe sie für 12 Minuten. Wende sie dabei nach der Hälfte der Zeit.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

