

Hähnchenfrikadellen mit Käse aus der Heißluftfritteuse

Zutaten für 20 Stück

- 400 g Hähnchenbrust
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 120 g geriebener Gouda
- 1 Ei
- 50 g zarte Haferflocken
- 1 EL gehackte Petersilie
- ½ TL Salz
- 1 TL Paprikapulver



Arbeitszeit:	ca. 15 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 15 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 30 Minuten

Zubereitung:

1. Zerkleinere das Hähnchenfleisch mit einem Mixer, Thermomix oder Fleischwolf. Gib es in eine Schüssel und presse die Knoblauchzehe dazu.
2. Schäle die Zwiebel, schneide sie in kleine Würfel und gib sie mit den anderen Zutaten zum Hähnchenfleisch. Verknete alles miteinander und forme 20 kleine Hähnchenfrikadellen zu ca. 30 g.
3. Lege sie in den Garkorb deines Airfryers und backe sie 15 Minuten bei 180 Grad auf der *Airfry* Stufe. Schüttel den Korb nach der Hälfte der Backzeit kurz durch.

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

