



Russell Hobbs Rapid AirFryer

Heißluftfritteuse 9l

Model 27681-56

Frikadellen-vegetarisch



Temperatur	180° C	Garzeit	25 min
Menge	800 g	Öl/Fett	ja
Grillgitter	ja	Wenden	1 x
Vorheizen	ja	Kerntemperatur	---

TIPP

Zutaten für die Gemüsemasse:

500 g Suppengrün, sehr fein zerkleinert – 1 eingeweichtes, ausgedrücktes Brötchen – 120 g Haferflocken – 1 Ei – 100 g Kartoffelmehl – ½ mittlere Zwiebel, kleingeschnitten – 1 gepresste Knoblauchzehe – 1 EL Senf – 1 EL Tomatenmark – 1 TL Sambal Olek – Pfeffer – Salz.

Grillgitter mit Öl einsprühen, 7-8 Fladen formen und diese auf den Rost legen. Erst oben, nach dem Drehen die andere Seite einölen.