
Lynhurtig kyller bollo

Det skal du bruge til 4 personer

- 1 pakke hakket kylling (alternativt plantefars)
- 1 brik hakkede tomater
- Frisk persille
- 1 hvidløg
- 1 pose frisk grøntsags blanding
- 1 pose høvlet parmesan
- 2 dl. æblemost
- 1 brik kikærter

Sådan gør du

- Rist fars godt af
- Krydres med salt og peber
- Tilsæt hvidløg og kikærter - ristes yderlige et par minutter
- Kom grøntsager op i – tilsæt tomat og æblemost- lad det snurre i 12 min
- Vendes med friskhakket persille og parmesan – kan justeres med lidt frisk citron
- Du bestemmer selv om der skal ekstra grønt i

Velbekomme



Vi mødes i Brugsen