

## Куриные котлеты

### Вам понадобится

Филе бедра куриное	1 кг
Лук репчатый	200 г
Морковь	200 г
Яйцо	1 шт
Соль	по вкусу
Специи	по вкусу

### Приготовление

1

Филе пропустить через мясорубку. Лук и морковь нарезать тонкой соломкой и обжарить до готовности, затем остудить. Зажарку смешать с фаршем и остальными ингредиентами, сформировать котлеты, выложить в чашу аэрогриля. Установить температуру 170 °С, время приготовления 40 минут.