

## Zöldséges csirkemelles fasírtgolyó

### Hozzávalók:

- 50 dkg darált csirkemellfilé
- 20 dkg burgonya
- 20 dkg sárgarépa
- 10 dkg petrezselyemgyökér
- 20 dkg édesburgonya
- 20 dkg cukkini
- 4 gerezd fokhagyma
- petrezselyemzöld
- őrölt kömény
- friss rozmaring
- majoranna
- étolaj
- őrölt feketebors
- só

### Elkészítés:

A sárgarépát, a petrezselyemgyökeret, a cukkinit és a burgonyákat sajtreszelőn lereszeljük. Enyhén megsózzuk, 20 percet állni hagyjuk. Közben apróra vágjuk a fokhagymát, a petrezselyemzöldet és a friss rozmaringot.

Pihentetés után kinyomkodjuk a zöldségeket, majd összekeverjük az aprított petrezselyemzölddel, a fokhagymával, a rozmaringgal és a darált csirkemellel. Sózzuk, borsozzuk, hozzáadjuk az őrölt köményt és a majorannát.

Összegyúrjuk, majd kisebb gombócokat formázunk belőle. Bő olajban kisütjük.

**Séfünk tippje:** Hidegen és akár vendégváró falatként is fogyasztható.