KYCKLING

Kycklingpasta och äpple- och paprikasås

Kock: **Cattis Legelius** Tid: **40 min** Portioner: **4**

40

En god och mustig kycklingrätt. Njut den gärna med ett glas god äppelcider till.

INGREDIENSER

6 st kycklingbröstfiléer
1 st schalottenlök
4 msk crème fraîche med chili- och paprikasmak
5 dl matlagningsgrädde
4 msk kalvfond
1/2 st köttbuljongtärning
1 st vitlöksklyfta
1 äpple
1 gul paprika
1 nypa färsk basilika, hackad
1 tsk kinesisk soja

salt och grovmalen svartpeppar
smör till stekning
färsk basilika till garnering

GÖR SÅ HÄR

1. Börja med såsen. Finhacka schalottenlöken och fräs den i smör någon minut. Häll på 3 dl matlagningsgrädde och lägg i den halva buljongtärningen, rör om och låt sjuda. Se till att buljongtärningen löser upp sig. Tillsätt 2 msk kalvfond, 1 tsk soya samt 2 msk chili- och paprika-crème fraîche. Låt puttra ihop på svag värme 5-7 min. Pressa även i en vitlöksklyfta och låt det fortsätta puttra.

2. Skala och skär upp ett äpple i småbitar och häll i såsen. Tillsätt ytterligare 2 dl matlagningsgrädde, 2 msk crème fraîche samt 2 msk kalvfond. Skär upp paprikan i småbitar och häll ner den i såsen. Salta, peppra och smaka av. Finhacka basilikan och rör ner den. Låt såsen stå på lägsta värme under tiden du förbereder kycklingen samt kokar pastan.

3. Jag delade kycklingfiléerna mitt itu och stekte dem i smör ett par minuter på varje sida. Saltade och pepprade dem. La dem sedan i en ugnsfast form och satte in i ugnen som värmts upp till 190-200 grader i ca 15 min. När du tar ut kycklingen så dela en så att du ser att den är genomstekt. Koka pasta till 4-5 port. enl anvisning. Servera sedan kycklingfiléer med sås, pasta och lite sallad till. Smaklig spis!