



Örtbakad kyckling med palsternackspuré, portabellosvamp och kycklingvelouté

Kock: **Alexander Sundqvist** Tid: **60 min** Portioner:



Örtig kyckling med underbara, smakrika tillbehör.



INGREDIENSER

Kycklingfiléer

4 st kycklingbröst

1 krm salvia

1 krm timjan

1 krm rosmarin

salt

svartpeppar

Palsternackspuré

300 g palsternacka
1 dl grädde
1 dl mjölk
30 g smör
salt
citron

Kycklingvelouté

1.5 dl kycklingfond (egen)
2.5 dl vispgrädde
1 st finhackad schalottenlök
2 st rostade vitlökar
1 tsk sherryvinäger
salt
peppar

Karameliserat spetskål

1 st spetskål, delat i fyra
3 msk smör
1 st citron, saften

Garnering

2 st portabellosvampar, skivade
0.5 citron, saften
2 näve färsk bladspenat

GÖR SÅ HÄR

1

Putsa kycklingfiléerna, krydda med de olika örterna och låt stå och marinera medan du börjar med resten.

2

Skala och tärna palsternacka i mindre bitar, lägg i en kastrull och fyll på med grädde, mjölk och salt. Om gräddblandningen inte täcker palsternackan så fyll på med lite vatten. Koka tills palsternackan är mjuk.

3

Dela spetskålen i 4 lika stora delar, behåll roten. Värm olja och smör i en stekpanna och stek spetskålen på varje sida utan att det bränns. Avsluta med att salta och pressa över citron, kör sedan in i ugnen på 150grader i ca 25-30 minuter.

4

Bryn kycklingfileerna runt om i olja, lägg i en klick smör och två krossade vitlöksklyftor som du öser kycklingen med. Kör in i ugnen och stek till en innertemperatur på 70 grader.

5

Gör såsen, fräs finhackad schalottenlök i en liten kastrull ca 5 min. Tillsätt kycklingfond och koka ihop lite, häll sedan på vispgrädde, sherryvinäger och kryddor. Plocka ut vitlöksklyftorna som du rostat tillsammans med kycklingen och mosa dem. Tillsätt sedan i såsen och koka ihop till önskad konsistens.

6

När palsternackorna blivit mjuka lägger du dem i en mixer tillsammans med lite av gräddblandningen. Tillsätt smör, salt och citronsaft. Kör till en slät puré, späd eventuellt med lite mer av gräddblandningen om det behövs.

7

Skiva portabello och stek i olja och smör, krydda med salt och peppar.

8

Ta bladspenaten och fräs snabbt i en het panna med olja, salt, peppar och en skvätt citronsaft.

9

Vid servering skivar du kycklingen och arrangerar övriga ingredienser enligt bilden. Du kan göra såsen lite luftig genom att köra med en stavmixer i den.