KYCKLING

Het Pulled Chicken

Kock: **Camilla Hanve** Tid: **150 min** Portioner: **2**

En riktigt mör och saftig kyckling som passar både i bröd och till salladen.

Jag är väldigt mycket för att "höfta" i mina recept så feel free att göra det du med. Det här är en grund som kan varieras med tex bbq-sås, youghurt, ketchup, örter osv osv.

INGREDIENSER

2 stycken stora kycklingfiléer, frysta
1 dl grädde
2 teskedar sambal
2 klyftor vitlök
1 kryddmått lökpulver
1 kryddmått cayenne
1 kryddmått smoked paprika
1 kryddmått ingefära
1 kryddmått spiskummin
2 krm salt

150

GÖR SÅ HÄR

1. Sätt ugnen på 150 grader.
2. Blanda kryddor och sambal med grädden.
3. Smörj en liten form, lägg i filéerna och häll över såsen och lägg folie över så det sluter tätt. Ställ in i mitten av ugnen i 2 timmar.
4. Ta ut formen och ta bort folien (försiktigt så du inte bränner dig på ångan. Dela kycklingen till strimlor med två gafflar och blanda ihop med såsen i formen.
5. Servera i blad av hjärtsallad, i bröd eller på en sallad. Som tillbehör, förutom finhackade grönsaker, brukar jag ha tex strimlad och vitlöksstekt vitkål, coleslaw, picklad rödlök, gräddfil, guacamole, rostad lök, karameliserad lök. riven ost, ostsås osv osv. Ta det du är sugen på, eller vill bjuda på.