



KYCKLING

Kyckling i tomat och paprikasås

Kock: **Jeanette Bokeroth** Tid: **30 min** Portioner: **4**



Ajvar är så gott! För sig själv eller som smaksättare i t ex grytor och såser. Extra god blir denna pastasåsen, med just ajvar i.



INGREDIENSER

700 g kycklinglårfilé
1.5 msk rapsolja, ca
1 finhackad gul lök
2 pressade vitlöksklyftor
1 påse färsk babyspenat (i love eco t ex)
2 brk mutti finkrossade tomater a´400 gram
2 kycklingbuljongtärningar
färska basilikablاد ca 20 stycken
1.5 dl mild ajvar
2 tsk socker
salt & nymalen svartpeppar efter smak

GÖR SÅ HÄR

- 1** Skär kycklingen i munsbitar. Häll oljan i en stekpanna. Stek kycklingbitarna tills de fått lite färg. Tillsätt löken och låt den fräsa med en liten stund.
- 2** Tillsätt tomatkrosset, ajvar, smula i buljongtärningarna, socker, vitlöken och låt det småputtra på svag värme 10 minuter.
- 3** Tillsätt spenat och basilika en liten stund innan servering och smaka av med salt & nymalen svartpeppar. Lägg upp pasta på en tallrik och häll såsen över.